KAREN HORNEY

CONFLICTELE NOASTRE INTERIOARE

editura
IRI

Coordonatorul colecției: dr. LEONARD GAVRILIU

Redactor de carte: MARIA STANCIU

Concepția grafică a copertei colecției: VENIAMIN & VENIAMIN

Tehnoredactare computerizată: MARIANA MÂRZEA

MICA BIBLIOTECĂ DE PSIHOLOGIE

KAREN HORNEY

CONFLICTELE NOASTRE INTERIOARE

O teorie constructivă asupra nevrozei

Traducere, avanprefață și note de
dr. LEONARD GAVRILIU

EDITURA IRI
București, 1998

ISBN 973-98377-2-7

© 1945, W.W. Norton & Company, Inc.

Traducerea s-a făcut după
Karen Horney, M.D., *Our Inner Conflicts*
A Constructive Theory of Neurosis,
W.W. Norton & Company, New York / London, 1992

Toate drepturile pentru traducerea în limba română
sunt rezervate Editurii IRI

CUPRINS

Avanprefață de dr. LEONARD GAVRILIU 7
Prefață (K.H.) 9
Introducere 11

PARTEA I
CONFLICTE NEVROTICE ȘI TENTATIVE
DE SOLUȚIONARE

1. Caracterul chinuitor al conflictelor nevrotice 21
2. Conflictul fundamental 30
3. Trebuința de afecțiune umană 42
4. Agresivitatea față de semeni 54
5. Fuga de oameni 63
6. Imaginea idealizată 82
7. Exteriorizarea conflictelor 97
8. Demersuri auxiliare întru instalarea unei armonii artificiale 110

PARTEA a II-a
CONSECINȚE ALE CONFLICTELOR
NEREZOLVATE

9. Angoase 121
10. Sărăcirea personalității 130

11. Disperarea 150
12. Tendințe sadice 160

CONCLUZIE: Rezolvarea conflictelor nevrotice 181
Indice de nume 203

AVANPREFAȚĂ

NEVROZELE, MALADII ALE CARACTERULUI

„Life itself still remains a very effective therapist"

KAREN HORNEY

Psihanalista Karen Horney (Hamburg, 1885 – New York, 1952), americană *numai în cele din urmă* (căci are strămoși scandinavi, s-a născut pe pământ german, iar până la 47 de ani a trăit și s-a afirmat în Germania), a recunoscut întotdeauna cât de mult datorează lui S. Freud, adevăratul ei mentor în teoria și practica psihoterapeutică. Când se referă la alte influențe, citează bucuroasă îndeosebi pe Erich Fromm, H. S. Sullivan, Franz Alexander, Otto Rank, Wilhelm Reich sau G. Schultz-Hencke. Niciodată pe Alfred Adler, decât tangențial, cum face și în cartea de față, cu referire la ceea ce austriacul numește complex de superioritate, în capitolul consacrat „imaginii idealizate". Cu toate acestea, adevărata filiație psihanalitică a fondatoarei „culturalismului" american trebuie căutată în direcția operei lui Adler. Încă în 1912 acesta publica vastul studiu *Über den Nervösen Character (Cu privire la caracterul nevroticilor)*, iar în 1927, în *Menschenkenntnis (Cunoașterea omului)*, includea nu mai puțin de cinci capitole de caracterologie, caracterul definindu-se pentru el drept *„ținuta de atitudine, modul în care omul se raportează la mediul său, o linie directoare impregnată de impulsul de afirmare asociat cu sentimentul de comuniune socială"*[1]. Nevrozele sunt, în fond, caractere degradate, acumulări de trăsături de caracter vicioase, „patologice" (înscrise, desigur, în structura și procesualitatea cerebrală), care îl pun pe individ într-un dureros conflict

cu semenii, provocând suferință și de o parte și de alta. Mai vădit decât în cărțile sale precedente, în *Our Inner Conflicts* (1945) Karen Horney acordă o atenție deosebită înțelegerii a ceea ce ea numește *neurotic character structure*, recunoscând că aceasta este la urma urmei cheia oricărei nevroze, pe fundalul întregii personalități. Formulările ei nu lasă nici un dubiu în această privință. *„Deoarece — indiferent cât de dramatice și de aparent personale sunt simptomele — orice nevroză este o tulburare de caracter* (is a character disorder), *sarcina terapiei este să analizeze întreaga structură a caracterului nevrotic."*[2] Introducerea criteriului moral este mai mult decât o consecință logică: este o necesitate psihologică; la drept vorbind, una psihosocială. Așadar, nimic „misterios", „ancestral", „arhaic" în nevroze, care să justifice pesimismul terapeutic. De aici și constatarea psihanalistei de la American Institute for Psychoanalysis că multe nevroze, chiar grave, se vindecă spontan, în contact cu realitățile „curative" al vieții, viața însăși fiind un terapeut extrem de eficient. Viața ca terapeut însă — notează Karen Horney — este lipsită de milă: împrejurări care pentru unii nevrotici sunt salutare, pe alții îi duc la catastrofă. Până la urmă este de preferat intervenția benefică a psihanalistului, bazată pe o cunoaștere exactă a structurii caracterului nevrotic și a întregii personalități a pacientului.

Dr. LEONARD GAVRILIU

NOTE

[1] Alfred Adler, *Cunoașterea omului*, traducere, studiu introductiv și note de dr. Leonard Gavriliu, Editura Științifică, București, 1991, p. 131; Editura IRI, București, 1996, p. 168.

[2] Karen Horney, *Our Inner Conflicts. A constructive Theory of Neurosis*, W.W. Norton & Company, New York, London, 1992, p. 220

PREFAȚĂ

Cartea de față este consacrată marcării progreselor psihanalizei. Ea este rezultatul experienței pe care am acumulat-o în practica psihanalitică, atât cu pacienții mei, cât și cu mine însămi. În timp ce teoria prezentată a fost elaborată pe parcursul mai multor ani, ideile mele nu s-au cristalizat înainte de a fi întreprins o serie de conferințe, sub auspiciile Institutului American de Psihanaliză. Prima dintre acestea, axată pe aspectele tehnice ale subiectului, s-a intitulat „Probleme ale tehnicii psihanalitice" (1943). A doua serie, care cuprinde problemele de care mă ocup în această carte, a fost ținută în 1944, sub titlul „Integrarea personalității". Subiecte selectate de aici — „Integrarea personalității în terapia psihanalitică", „Psihologia însingurării" și „Semnificația tendințelor sadice" — au fost prezentate la Academia de Medicină și la Asociația pentru Progresul Psihanalizei.

Sper că această carte va fi de folos psihanaliștilor cu adevărat interesați în perfecționarea teoriei și terapiei noastre. Sper, de asemenea, că ei vor face ca ideile prezentate aici să fie utile nu doar pacienților lor, ci și lor înșiși. Progresul în psihanaliză poate fi făcut doar pe calea dificilă care ne include pe noi înșine și încurcăturile noastre. Dacă rămânem statici și potrivnici schimbării, teoriile noastre sunt sortite să devină dogmatice și neproductive.

Oricum, sunt convinsă că orice carte care iese din cadrul problemelor pur tehnice sau al teoriei psihologice abstracte va fi de folos tuturor celor ce doresc să se cunoască pe ei înșiși și nu au abandonat lupta pentru propria lor dezvoltare. Cei mai mulți dintre noi, care trăiesc în această civilizație extenuantă, sunt victima conflictelor descrise aici și au cu toții nevoie de ajutorul pe care li-l putem da. Deși tratamentul nevrozelor grave stă în mâinile experților, cu încă mai cred că, cu prețul unui efort asiduu, ne putem angaja noi înșine pe lunga cale a eliberării de propriile noastre conflicte.

Primul semn de recunoștință îl adresez pacienților mei care, în truda noastră împreună, m-au făcut să înțeleg mai bine nevroza. Sunt, de asemenea, îndatorată față de colegii care m-au încurajat în munca mea, prin interesul arătat și prin înțelegerea lor simpatetică. Mă refer nu numai la colegii mai în vârstă, ci și la cei mai tineri, formați în Institutul nostru, ale căror dezbateri critice au fost stimulatoare și fructuoase.

Doresc să menționez trei persoane din afara sferei psihanalizei, care, fiecare în felul său, m-au sprijinit în realizarea lucrării. Mă refer la dr. Alvin Johnson, care mi-a dat prilejul să-mi prezint ideile la New School for social Research, într-o vreme când psihanaliza freudiană clasică era singura școală de teorie și practică psihanalitică recunoscută. În mod special îi sunt îndatorată Clarei Mayer, decan al Școlii de Filosofie și Arte Liberale a New School for Social Research. Prin interesul ei personal neobosit m-a încurajat, an de an, să aduc în discuție orice noi descoperiri tezaurizate de activitatea mea psihanalitică. Îi sunt apoi îndatorată editorului meu, W.W. Norton, al cărui sfat salutar a condus la multe îmbunătățiri în cărțile mele. *Last but not least*, doresc să exprim aprecierea mea pentru Minette Kuhn, care m-a ajutat foarte mult în mai buna organizare a materialului și în formularea mai clară a ideilor.

K.H.

INTRODUCERE

Oricare ar fi punctul de pornire și oricât de întortocheat ar fi drumul, în final trebuie să ajungem la o tulburare de personalitate ca sursă a bolii psihice. Despre lucrul acesta, ca și despre aproape orice altă descoperire psihologică, putem spune la fel: că este în realitate o redescoperire. Poeții și filosofii din toate timpurile au știut că niciodată nu cade victimă tulburărilor psihice o persoană senină, bine echilibrată, ci una care este sfâșiată de conflicte interioare. În termeni moderni, orice nevroză, indiferent de tabloul simptomatologic, este o nevroză caracterială. De aceea străduința noastră, în planul teoriei și terapiei, trebuie orientată spre o mai bună înțelegere a structurii caracterului nevrotic.

De fapt, marea operă de pionierat a lui Freud converge tot mai mult asupra acestui concept, deși abordarea genetică nu i-a permis să ajungă la formularea sa explicită. Dar alții, care au continuat și dezvoltat opera lui Freud — îndeosebi Franz Alexander, Otto Rank, Willhelm Reich și Harold Schultz-Hencke[1] — au definit mai clar conceptul. Nici unul dintre ei, însă, nu cade de acord asupra naturii exacte și dinamicii acestei structuri a caracterului.

Punctul meu de plecare a fost diferit. Postulatele lui Freud cu privire la psihologia feminină m-au făcut să reflectez asupra rolului factorilor culturali. Influența lor asupra ideilor noastre despre ceea ce constituie masculinitatea sau feminitatea era evidentă, iar pentru mine a devenit la fel de evident faptul că

Freud ajunsese la unele concluzii eronate din cauză că nu luase în calcul aceastã influență. Interesul meu în această privință a crescut pe parcursul a cincisprezece ani. Acest interes a fost favorizat în parte de asocierea cu Erich Fromm, care, dată fiind cunoașterea sa profundă atât a sociologiei, cât și a psihanalizei, m-a făcut să fiu mai conștientă de importanța factorilor sociali, dincolo de aplicarea lor circumscrisă la psihologia feminină. Iar impresiile mele au fost confirmate atunci când, în 1932, am venit în Statele Unite. Am înțeles atunci că atitudinile și nevrozele oamenilor din această țară diferă în multe privințe de acelea observate în țările europene și că numai deosebirea de civilizație poate explica lucrul acesta. Concluziile mele și-au găsit, în cele din urmă, expresia în *The Neurotic Personality Of Our Time*[2]. Principala teză susținută în această carte este că nevrozele sunt determinate de factori culturali, ceea ce, în termeni mai specifici, înseamnă că sunt generate de perturbări apărute în relațiile umane.

În anii de dinainte de a fi scris *The Neurotic Personality*, urmam o altă direcție de cercetare, care rezulta logic din ipoteza de atunci. Aceasta se învârtea în jurul problemei rolului jucat de forțele impulsionale în nevroză. Freud a fost cel dintâi care a arătat că acestea erau impulsii compulsive. El considera aceste impulsii ca fiind de natură instinctuală, țintind la satisfacere, și intolerante față de frustrare. În consecință, el credea că ele nu se limitau la nevrozele *per se*[3], ci operau în toate ființele umane. Dacă, însă, nevrozele sunt un produs al relațiilor umane perturbate, acest postulat nu mai poate fi valabil. Ideile la care ajunsesem în această privință erau, pe scurt, următoarele: impulsiile compulsive sunt specific nevrotice; ele sunt generate de sentimentele de izolare, neputință, teamă și ostilitate, reprezentând moduri de a da piept cu lumea, în pofida acestor sentimente; ele țintesc în primul rând nu la satisfacere, ci la securitate; caracterul lor compulsiv se datorează anxietății aflate la pândă în spatele lor. Două dintre aceste impulsii — aspirațiile nevrotice la afecțiune și la putere — se conturează distinct în prim-plan și au fost prezentate în mod detaliat în *The Neurotic Personality of Our Time*.

Deși rețineam ceea ce consideram a fi fundamentele doctrinei lui Freud, am sesizat, între timp că cercetarea în direcția unei mai bune înțelegeri a fenomenelor m-a condus în sensuri care erau în discordanță cu Freud. Dacă atât de mulți factori pe care Freud îi considera instinctuali erau determinați de cultură (*culturally determined*), dacă atât de mult din ceea ce Freud considera a fi libidinal era trebuința de afecțiune, provocată de anxietate și țintind la sentimentul securității față de ceilalți, însemna că teoria libidoului nu mai era de apărat. Trăirile din copilărie rămâneau importante, dar influența pe care ele o exercitau asupra vieții noastre apărea într-o nouă lumină. Urmau, în mod inevitabil, alte deosebiri teoretice. A devenit deci necesar să dau expresie, în propriul meu spirit, poziției pe care o ocupam în raport cu Freud. Rezultatul acestei clarificări a fost *New Ways in Psychoanalysis*[4].

Între timp, cercetarea mea privind forțele impulsionale manifestate în nevroză a continuat. Impulsiilor compulsive le-am dat numele de tendințe nevrotice și am descris zece dintre acestea în cartea care a urmat. Până atunci, pe de altă parte, am ajuns să recunosc că structura caracterului nevrotic are o importanță esențială. O priveam pe atunci ca pe un fel de macrocosm format din mai multe microcosmuri care interacționau unul cu altul. În nucleul fiecărui microcosm se găsea o tendință nevrotică. Dacă psihanaliza nu necesita în primul rând raportarea dificultăților noastre prezente la trăirile din trecut, ci depindea mai degrabă de înțelegerea interacțiunii forțelor din personalitatea noastră prezentă, atunci recunoașterea și transformarea noastră, cu puțin ajutor sau chiar fără nici un ajutor calificat, era pe de-a-ntregul posibilă. În fața trebuinței universale de psihoterapie și a insuficienței ajutorului efectiv, autoanaliza părea să fie speranța acoperirii unei trebuințe vitale. Deoarece cea mai mare parte a cărții se ocupa de posibilitățile, limitele și metodele de a ne autoanaliza, am numit-o *Self-Analysis*.

Nu eram însă pe deplin satisfăcută de prezentarea pe care o făcusem tendințelor individuale. Tendințele ca atare erau descrise cu acuratețe, dar eram obsedată de sentimentul că, la o simplă

enumerare, ele apăreau ca fiind prea izolate. Puteam înțelege că trebuința nevrotică pentru afecțiune, modestia compulsivă și trebuința de „partener" făceau casă bună. Ceea ce nu reușeam să înțeleg era faptul că, luate împreună, ele reprezentau o atitudine fundamentală față de ceilalți și față de sine, precum și o filosofie deosebită a vieții. Aceste tendințe sunt nucleii a ceea ce am desemnat acum a fi „trebuința de afecțiune umană" (*„moving toward people"*)[5]. Am înțeles, de asemenea, că aspirația către putere și prestigiu, cât și ambiția nevrotică au ceva în comun. Ele constituie în linii mari factorii implicați în ceea ce voi numi „agresivitatea față de semeni" (*„moving against people"*). Dar trebuința de admirație și impulsiile perfecționiste, deși au însemnele tendințelor nevrotice și influențează relația nevroticului cu ceilalți, par să privească în primul rând relațiile cu sine însuși. De asemenea, trebuința de exploatare pare să fie mai puțin fundamentală decât trebuința de afecțiune sau de putere; ea apare mai puțin inteligibilă decât acestea, ca și cum nu ar fi o entitate aparte, ci ar fi fost extrasă dintr-un întreg mai larg.

Problematizările mele s-au dovedit justificate. În anii care au urmat, focarul interesului meu s-a mutat asupra rolului conflictelor în nevroză. Am spus, în *The Neurotic Personality*, că o nevroză apare ca rezultat al coliziunii unor tendințe nevrotice divergente. În *Self-Analysis* am arătat că tendințele nevrotice nu numai că se întăresc una pe alta, ci stârnesc de asemenea conflicte. Cu toate acestea, conflictele rămâneau aici o problemă secundară. Freud a fost din ce în ce mai conștient de importanța conflictelor interioare; el le-a înțeles, însă, ca pe o bătălie între forțele reprimate și cele represive. Conflictele pe care am început să le înțeleg erau de o categorie diferită. Ele operau între serii contradictorii și tendințe nevrotice și, deși la început erau raportate la atitudini contradictorii față de semeni, cu timpul includeau atitudinile contradictorii față de sine, însușiri contradictorii de clase de valori contradictorii.

Un *crescendo*[6] al observației mi-a deschis ochii asupra semnificației acestor conflicte. Ceea ce m-a frapat în primul rând a fost orbirea pacienților față de cotradicțiile evidente din ei înșiși.

Când le atrăgeam atenția asupra acestora, ei deveneau evazivi și păreau lipsiți de interes. După repetate experiențe de felul acesta, am înțeles că evazivitatea exprima o profundă aversiune față de atacarea acestor contradicții. În cele din urmă, reacțiile de panică drept răspuns la o recunoaștere neașteptată a conflictului mi-au arătat că lucram cu dinamită. Pacienții aveau motive să ocolească aceste conflicte: ei se temeau ca puterea lor să nu-i sfărâme în bucăți.

Ulterior, am început să-mi dau seama de considerabila cantitate de energie și inteligență investite în mai mult sau mai puțin disperatele eforturi de „rezolvare" a conflictelor sau, mai exact, de negare a existenței lor și de creare a unei armonii artificiale. Am înțeles cele patru tentative majore de soluționare aproximativ în ordinea în care sunt ele prezentate în această carte. Prima tentativă consta în eclipsarea parțială a conflictului și în promovarea predominării opusului acestuia. A doua a fost „fuga de oameni" (*„move away from people"*). Funcția izolării nevrotice apărea acum într-o nouă lumină. Izolarea era parte a conflictului fundamental, adică una dintre atitudinile conflictuale originale față de ceilalți; dar aceasta reprezintă totodată o încercare de soluționare, din moment ce păstrarea unei distanțe emoționale între sine și ceilalți făcea conflictul neoperațional. A treia tentativă este extrem de diferită. În loc să se îndepărteze de ceilalți, nevroticul se îndepărtează de sine însuși. Întregul său eu real devine într-o măsură oarecare ireal pentru dânsul, iar el creează în locul acestuia o imagine idealizată despre sine însuși, în care părțile aflate în conflict sunt atât de transfigurate, încât nu mai apar drept sursă de conflict, ci drept aspecte variate ale unei personalități complexe. Acest concept ne-a ajutat să clarificăm multe probleme nevrotice care până atunci erau de neînțeles și, de aceea, inabordabile din punct de vedere terapeutic. El preciza, de asemenea, două dintre tendințele nevrotice care mai înainte rezistaseră integrării în propriul lor cadru. Trebuința de perfecțiune apărea acum drept o strădanie de a corespunde acestei imagini idealizate; dorința fierbinte de a fi admirat putea fi interpretată ca trebuință a pacientului de a avea mărturia din afară

că el este cu adevărat imaginea sa idealizată. Și cu cât mai îndepărtată de realitate era imaginea, logic era ca trebuința de a fi admirat să fie cu atât mai insațiabilă. Dintre toate încercările de soluționare, imaginea idealizată este probabil cea mai importantă din cauza efectelor sale cu bătaie lungă asupra întregii personalități. În schimb, aceasta generează o nouă fisură interioară și, prin urmare, cere o nouă cârpitură. A patra încercare de soluționare caută în primul rând să facă să dispară această fisură, deși ajută la fel de bine la evaporarea tuturor celorlalte conflicte. Prin ceea ce am numit exteriorizare, procesele interioare sunt trăite ca având loc în afara Eului. Dacă imaginea idealizată înseamnă facerea unui pas în afara Eului real, exteriorizarea reprezintă un divorț încă și mai radical.

Am luat în considerare aceste patru tentative majore de soluționare, în parte pentru că ele par să opereze în mod regulat în toate nevrozele — deși în grade diferite —, iar în parte pentru că determină schimbări acute în personalitate. Dar ele nu sunt nicidecum singurele. Altele, de o importanță mai puțin generală, includ strategii de felul onestității arbitrare, a cărei principală funcție este să reprime orice îndoieli interioare; autocontrolul rigid, care păstrează coeziunea unui individ sfâșiat prin vădita voință de putere; și cinismul, care, defăimând toate valorile, elimină conflictele în ceea ce privește idealurile.

Consecințele tuturor acestor conflicte nerezolvate mi-au devenit cu timpul tot mai clare. Am putut constata temerile multiple generate, risipa de energie, inevitabila deteriorare a integrității morale, profunda disperare ce rezultau din afectivitatea inextricabil încâlcită.

Numai după ce am sesizat semnificația disperării nevrotice am putut înțelege, în sfârșit, sensul tendințelor sadice. Am înțeles acum că acestea reprezintă o tentativă de restaurare printr-o viață de substituție (*vicarous living*), luată în stăpânire de o persoană care nu mai speră să fie vreodată ea însuși. Iar patima mistuitoare care poate fi adesea observată în îndeletnicirile sadice este urmarea unei trebuințe insațiabile de triumf răzbunător. A devenit clar pentru mine că trebuința de exploatare distructivă era, de fapt,

nu o tendință nevrotică aparte, ci doar expresia inepuizabilă a acelui ansamblu mai cuprinzător pe care, în lipsa unui termen mai bun, îl numim sadism.

S-a conturat în felul acesta o teorie a nevrozei al cărei centru dinamic este un conflict fundamental între atitudinile „trebuință de afecțiune umană" („*moving toward people*"), „agresivitate față de semeni" („*moving against people*") și „fugă de oameni" („*moving away from people*"). Din cauza spaimei sale de a fi divizat, pe de o parte, și din necesitatea de a funcționa ca o unitate, pe de altă parte, nevroticul face încercări disperate de soluționare. În timp ce el poate reuși în felul acesta să creeze un fel de echilibru artificial, apar în permanență noi conflicte și sunt mereu căutate noi remedii de a le ascunde. Orice demers în această luptă pentru unitate îl face pe nevrotic mai ostil, mai neputincios, mai înspăimântat, mai înstrăinat de sine însuși și de semeni, cu rezultatul că dificultățile responsabile de conflicte devin și mai acute, iar rezolvarea lor reală se arată tot mai puțin accesibilă. În final nevroticul cade în brațele disperării și poate încerca să găsească un fel de restaurare în îndeletnicirile sadice care, însă, au drept efect creșterea disperării și generarea de noi conflicte.

Este, la urma urmelor, un tablou extrem de deprimant al dezvoltării nevrotice și al structurii caracterului ce rezultă din aceasta. De ce numesc totuși teoria mea o teorie constructivă? În primul rând, ea spulberă optimismul nerealist care susține că putem „vindeca" nevrozele prin mijloace absurd de simple. Ceea ce nu implică un pesimism la fel de nerealist. Numesc constructivă teoria mea deoarece ne permite pentru prima dată să atacăm și să rezolvăm disperarea nevrotică. O numesc constructivă, înainte de toate, pentru că, în pofida faptului că recunoaște gravitatea încurcăturilor nevrotice, permite nu numai temperarea conflictelor subiacente, ci și reala lor rezolvare, dându-ne posibilitatea să acționăm în sensul unei autentice integrări a personalității. Conflictele nevrotice nu pot fi rezolvate prin decizie rațională. Încercările nevrotice de soluționare nu sunt numai zadarnice, ci și dăunătoare. Dar aceste conflicte *pot* fi rezolvate prin transformarea condițiilor din interiorul personalității care le

generează. Fiecare secvență de muncă psihanalitică bine făcută schimbă aceste condiții, în sensul că face persoana mai puțin neajutorată, mai puțin temătoare, mai puțin ostilă și mai puțin aleinată de sine și de semeni.

Pesimismul lui Freud cu privire la nevroze și la tratamentul lor provine din profunzimile neîncrederii sale în bunătatea umană și dezvoltarea omului. Omul — postula el — este sortit să sufere sau să distrugă. Instinctele care îl conduc pot fi doar controlate sau, în cel mai bun caz, „sublimate". Convingerea mea este că omul are capacitatea, precum și dorința de a-și dezvolta potențialitățile și de a deveni o ființă umană cuviincioasă, chiar dacă relațiile sale cu ceilalți, și deci cu sine însuși, vor continua să fie tulburate. Sunt convinsă că omul se poate schimba și că o face atâta timp cât trăiește. Această convingere a crescut o dată cu mai profunda înțelegere a omului.

NOTE

[1] Din această listă este pe nedrept omis Alfred Adler, poate cel dintâi care a promovat acest „concept", îndeosebi în *Über den Nervösen Character. Grundzüge einer vergleichenden Individualpsychologie und Psychotherapie* (1912). (Nota trad.)

[2] Karen Horney, *Personalitatea nevrotică a epocii noastre*, traducere, preambul și note de dr. Leonard Gavriliu, Editura IRI, București, 1996. Tiraj nou, 1998.

[3] În limba latină, în textul original. (Nota trad.)

[4] Karen Horney, *Direcții noi în psihanaliză*, traducere, studiu introductiv și note de dr. Leonard Gavriliu, Editura Univers Enciclopedic, București, 1995.

[5] Expresie intraductibilă în românește, dar care, în engleză, este integrată de Karen Horney într-un set de atitudini aureolat și de coerența lingvistică: *moving toward people, moving against people* și *moving away from people*. Este regretabil că această „coerență" nu poate fi nici măcar sugerată în limba română. (Nota trad.)

[6] În limba latină, în textul original. (Nota trad.)

PARTEA I

CONFLICTE NEVROTICE ȘI TENTATIVE DE SOLUȚIONARE

Capitolul 1

CARACTERUL CHINUITOR AL CONFLICTELOR

Fie-mi permis să încep prin a spune că nu există nevrotic care să nu aibă conflicte. La un moment dat, dorințele, interesele, convingerile noastre se izbesc de acelea ale celorlalți din jurul nostru. Și exact așa cum ciocnirile dintre noi înșine și mediul nostru sunt o banalitate, la fel conflictele noastre interioare sunt parte integrantă a vieții umane.

Acțiunile unui animal sunt în mare măsură determinate de instincte. Împerecherea, îngrijirea puilor, căutarea hranei, comportamentul de apărare în fața pericolului sunt, mai mult sau mai puțin, prescrise și operează dincolo de decizia individuală. În contrast cu animalul, este atât prerogativa, cât și povara ființelor umane faptul de a fi capabile de a alege, de a lua decizii. Se poate să fim obligați să decidem între dorințe care ne conduc în direcții opuse. Putem dori, de exemplu, să fim singuri, dar să dorim, de asemenea, să fim în compania unui prieten; putem dori să studiem medicina, dar și muzica. Sau poate exista un conflict între dorințe și obligații: putem dori să avem relații amoroase cu cineva care, aflat în necaz, are nevoie de îngrijirea noastră. Putem fi divizați între dorința de a fi de acord cu ceilalți și o convingere care ar necesita exprimarea unei opinii contrare lor. În sfârșit, putem trăi un conflict între două categorii de valori, așa cum se întâmplă atunci când din convingere ne asumăm o intreprindere riscantă pe

timp de război, dar credem în același timp în datoria noastră față de familie.

Genul, anvergura și intensitatea unor astfel de conflicte sunt în mare măsură determinate de civilizația în care trăim. Dacă civilizația este stabilă și legată de tradiție, varietatea de alegeri care se prezintă este limitată, iar cadrul de posibile conflicte individuale este strâmt. Chiar și în acest caz, însă, ele nu lipsesc. O loialitate poate să interfereze cu alta; dorințe personale se pot opune obligațiilor față de grup. Dacă civilizația este însă într-un stadiu de rapidă tranziție, caz în care valori extrem de contradictorii și moduri divergente de viață coabitează, alegerile pe care le are de făcut individul sunt multiple și dificile. El se poate conforma așteptărilor comunității sau poate fi un individualist neconformist, poate fi sociabil sau să trăiască în izolare, să adore succesul sau să îl disprețuiască, să cultive o disciplină strictă pentru copii sau să-i lase să crească fără a se amesteca prea mult; poate crede în norme morale diferite pentru bărbați și femei sau să susțină că aceleași norme se aplică și unora și altora, poate considera relațiile sexuale ca pe o expresie a intimității umane sau să le separe de legăturile afective; poate elimina discriminarea rasială sau poate adopta poziția că valorile umane sunt independente de culoarea pielii sau de forma nasului, și așa mai departe.

Este în afară de orice îndoială faptul că opțiuni ca acestea se impun foarte adesea oamenilor care trăiesc în civilizația noastră și că ne putem aștepta ca, de aceea, conflictele pe tema lor să fie cu totul obișnuite. Dar, fapt uimitor, marea majoritate a oamenilor nu sunt conștienți de ele și, drept urmare, nu le rezolvă prin vreo decizie clară. Cel mai adesea ei se lasă să plutească în voia curentului, dominați de întâmplare. Nu știu unde se află, fac compromisuri fără a ști că le fac și se implică în contradicții în mod inconștient. Mă refer aici la persoanele normale, înțelegând prin aceasta nu omul mediu, nici pe cel ideal, ci pur și simplu pe nonnevrotic.

Trebuie să dispunem, așadar, de premise de recunoaștere a chestiunilor contradictorii (*contradictory issues*) și de luare a unor

decizii pe această bază. Aceste premise sunt patru la număr. Trebuie să fim conștienți de dorințele noastre, ba chiar mai mult, de sentimentele noastre. Ne place realmente o persoană sau doar credem că ne place pentru că e o presupunere a noastră? Suntem realmente mâhniți la moartea unei rude sau numai emoționați? Dorim realmente să devenim avocat sau doctor, ori pur și simplu ne atrage ca o carieră respectabilă și profitabilă? Dorim realmente ca copiii noștri să fie fericiți și independenți, ori numai cochetăm cu niște vorbe goale? Cei mai mulți dintre noi vor găsi că este dificil de răspuns la asemenea întrebări simple; ceea ce înseamnă că realmente nu știm ce simțim sau dorim.

Deoarece adesea conflictele au de-a face cu convingeri, credințe sau valori morale, recunoașterea lor ar presupune că ne-am dezvoltat propriul nostru sistem de valori. Credințe care sunt pur și simplu preluate, nefăcând parte din noi, anevoie dispun de suficientă putere încât să conducă la conflicte sau să servească drept principiu călăuzitor în luarea de decizii. Când sunt supuse unor influențe noi, asemenea credințe vor fi lesne abandonate, în favoarea altora. Dacă pur și simplu am adoptat valorile împărtășite în mediul nostru, nu izbucnesc conflicte a căror apariție ar fi întru totul în interesul nostru. Dacă, de exemplu, un fiu nu a pus niciodată sub semnul întrebării înțelepciunea tatălui îngust la minte, nu prea va exista conflict atunci când tatăl dorește ca el să îmbrățișeze altă profesie decât cea preferată de fiu. Un bărbat căsătorit care se îndrăgostește de o altă femeie este realmente angajat într-un conflict; dar dacă nu a reușit să-și stabilească propriile sale convingeri privind sensul căsătoriei, pur și simplu se va lăsa să plutească în voia minimei rezistențe în loc să facă față conflictului și să ia o decizie, într-un fel sau altul.

Chiar dacă recunoaștem un conflict ca atare, trebuie să fim dispuși și capabili să renunțăm la unul dintre cele două deznădăminte contradictorii. Dar capacitatea de renunțare clară și conștientă este rară, deoarece sentimentele și credințele noastre sunt încurcate și poate din cauză că, în ultimă analiză, cei mai mulți oameni nu sunt îndeajuns de securizați și norocoși încât să renunțe la ceva.

În sfârșit, a lua o decizie presupune bunăvoință și capacitatea de a-ți asuma responsabilitatea pentru ea. Aceasta ar include riscul de a greși și consimțământul de a suporta consecințele, fără a-i blama pe ceilalți pentru ele. Ar implica sentimentul „aceasta e opțiunea mea, fapta mea", ceea ce presupune mai multă forță interioară și independență decât au, după câte s-ar părea, cei mai mulți oameni din ziua de azi.

Prinși cum suntem, atât de mulți dintre noi, în menghina sufocantă a conflictelor — oricât de nemărturisite —, înclinația noastră este să privim cu invidie și admirație la oamenii a căror viață pare a curge lin, fără a fi perturbată de vreuna dintre aceste turbulențe. Admirația poate fi justificată. Aceștia pot fi cei puternici, care și-au stabilit propria lor ierarhie de valori sau care au dobândit o măsură a seninătății, din cauză că, în cursul anilor de conflicte și de trebuință de decizie, și-au pierdut puterea dezrădăcinătoare. Dar aparența poate fi amăgitoare. Cel mai adesea, din cauza apatiei, a conformismului sau din oportunism, oamenii pe care îi invidiem sunt de fapt incapabili să facă față unui conflict sau încearcă de fapt să-l rezolve pe baza propriilor lor convingeri și, în consecință, pur și simplu se lasă să plutească în voia curentului sau s-au lăsat dominați de un avantaj imediat.

A trăi conflictele în cunoștință de cauză, deși poate fi dureros, poate fi un avantaj inestimabil. Cu cât mai mult vom înfrunta propriile noastre conflicte și vom căuta propriile noastre soluții, cu atât vom câștiga mai multă libertate interioară și putere. Numai dacă suntem dispuși să ducem greul ne putem apropia de idealul de a fi căpitanul corăbiei noastre. Un calm contrafăcut, înrădăcinat în opacitatea interioară, nu este nicidecum de invidiat. El este destinat să ne facă slabi și pradă ușoară pentru orice fel de influență.

Când conflictele sunt axate pe problemele esențiale ale vieții, este foarte dificil să le faci față și să le rezolvi. Dar, cu condiția de a fi destul de sănătoși, în principiu nu există motive care să ne împiedice s-o facem. Educația poate face mult spre a ne ajuta să trăim mai conștienți de noi înșine, dezvoltându-ne convingerile.

O înțelegere a semnificației factorilor implicați în opțiune ne-ar da idealuri pentru a căror realizare să ne străduim și, prin aceasta, o direcție în viață[1].

Dificultățile mereu inerente recunoașterii și rezolvării unui conflict sunt considerabil mai mari atunci când o persoană este nevrotică. Nevroza, e necesar s-o spunem, este o chestiune de grad, iar când vorbesc de „un nevrotic" întotdeauna înțeleg „o persoană în măsura în care este nevrotică". Adesea singurele sentimente trăite în mod conștient și clar sunt reacțiile de frică și de furie, prin șocurile resimțite în locuri vulnerabile. Dar chiar și acestea pot fi reprimate. Oricât de autentice ar fi idealurile existente, ele sunt îmbâcsite de reguli compulsive, încât sunt lipsite de puterea de orientare. Sub dominația acestor tendințe compulsive, capacitatea de a renunța este redusă la impotență, iar capacitatea de a-și asuma responsabilitatea este ca și pierdută[2].

Conflictele nevrotice pot fi axate pe aceleași probleme generale care pun în dificultate persoana normală. Dar natura lor este atât de diferită, încât s-a pus problema dacă este permis să se folosească același termen pentru amândouă. Sunt de părere că da, dar trebuie să fim conștienți de deosebiri. Care sunt, așadar, caracteristicile conflictelor nevrotice?

Un exemplu oarecum simplificator ne va ajuta să le ilustrăm. Un inginer, care lucra în colaborare cu alții la o cercetare din domeniul mecanicii, suferea frecvent de accese de oboseală și iritabilitate. Unul dintre aceste accese a fost cauzat de următorul incident. Într-o discuție privind unele probleme tehnice, opiniile sale au fost mai puțin receptate decât acelea ale colegilor săi. La scurt timp după aceea a fost luată o decizie în absența sa și nu i s-a oferit ulterior nici o ocazie să-și prezinte sugestiile. În aceste împrejurări, el ar fi putut privi procedeul ca injust și să se împotrivească, sau ar fi putut accepta cu complezență decizia majorității. Oricare dintre aceste reacții ar fi fost adecvată, dar nu și pentru dânsul. Deși se simțea profund desconsiderat, nu a manifestat nici o împotrivire. Nu simțea, în mod conștient, decât o simplă iritare. Furia ucigătoare din el se exprima doar în vise.

Această furie refulată — un amestec al pornirii împotriva celorlalți, dar și împotriva sa, din cauza moliciunii sale — era în principal responsabilă de oboseala manifestată.

Absența de reacție adecvată era determinată de mai mulți factori. El își făurise o imagine exagerat de pozitivă despre sine, care cerea respect din partea celorlalți. Acea imagine era inconștientă: pur și simplu acționa potrivit premisei că nimeni nu era atât de inteligent și de competent ca în domeniul său de activitate. Orice desconsiderare putea periclita această premisă și putea provoca furie. Pe de altă parte, avea porniri sadice de a-i mustra și umili pe ceilalți, o atitudine atât de inadmisibilă pentru dânsul, încât o ascundea printr-o prietenie exagerată. La aceasta se adăuga un impuls inconștient de a-i exploata pe oameni, ceea ce făcea imperativ pentru el faptul de a se arăta îndatoritor față de ei. Dependența de ceilalți era agravată de trebuința compulsivă de aprobare și afecțiune, combinată, ca de obicei, cu atitudini de îngăduință, împăciuire și evitare a împotrivirii. Exista astfel un conflict între tendințele de agresiune distructivă — furie reactivă și impulsii sadice —, pe de o parte, și trebuința de afecțiune și aprobare, asociată cu dorința de a apărea corect și rațional în propriii săi ochi, pe de altă parte. Rezultatul era o creștere a tensiunii interioare, rămasă neobservată, în timp ce oboseala, care era manifestarea exterioară a tensiunii, paraliza orice acțiune.

Examinând factorii implicați în conflict, suntem în primul rând frapați de absoluta lor incompatibilitate. Într-adevăr, ar fi greu să ne imaginăm contrarii mai extreme decât pretenția pentru respect și îndatoritoarea umilință. În al doilea rând, întregul conflict rămâne inconștient. Tendințele contradictorii care operează în el nu sunt recunoscute, dar sunt profund reprimate. Numai ușoare semne ale bătăliei furibunde din interior ajung la suprafață. Factorii emoționali sunt raționalizați: este o nedreptate; este o desconsiderare; ideile mele erau mai bune. În al treilea rând, tendințele în ambele direcții sunt compulsive. Chiar dacă are o oarecare percepție intelectuală a pretențiilor lui excesive, ori cu privire la existența și natura dependenței sale, nu ar putea schimba în mod voluntar acești factori. A fi capabil să-i schimbi ar cere o

considerabilă muncă psihanalitică. El era dominat, pe de altă parte, de forțe irezistibile, asupra cărora nu avea nici un control: nu i-ar fi fost posibil să renunțe la nici una din trebuințele impuse de o necesitate stringent interioară. Dar nici una dintre ele nu reprezintă ceea ce el însuși dorea sau pretindea realmente. Nu ar fi dorit nici să exploateze și nici să fie umil; de fapt disprețuia aceste tendințe. O asemenea stare de lucruri are, însă, o semnificație cuprinzătoare pentru înțelegerea conflictelor nevrotice. Aceasta înseamnă că nici o decizie nu este posibilă.

Un alt exemplu ilustrativ prezintă un tablou similar. Un grafician, colaborator extern la un ziar, a furat o mică sumă de bani de la un bun prieten. Furtul nu era justificat de situația respectivului; el avea nevoie de bani, dar prietenul i-ar fi dat bucuros, așa cum mai făcuse și în trecut. Faptul că a recurs la furt era deosebit de frapant, deoarece el era un bun camarad și punea mare preț pe prietenie.

Cauza conduitei sale sta în următorul conflict. Omul avea o trebuință nevrotică pronunțată de afecțiune, în special o dorință fierbinte de solicitudine în ceea ce privește toate problemele practice. Persecutat de impulsia inconștientă de a-i exploata pe ceilalți, tehnica sa se baza atât pe câștigarea afecțiunii, cât și pe intimidare. Aceste tendințe l-au făcut prin ele însele dispus și chiar cât se poate de doritor să primească ajutor și sprijin. În același timp, însă, s-a dezvoltat la el o aroganță inconștientă, ceea ce implică o corespunzătoare și vulnerabilă mândrie. Ceilalți trebuia să se simtă onorați să fie în serviciul lui: era umilitor pentru dânsul să le ceară ajutor. Aversiunea sa pentru solicitări era întărită de aspirația la independență[3], ceea ce făcea de netolerat pentru dânsul să admită că are nevoie de ceva sau că are obligații față de cineva. În consecință, el putea lua, dar nu primi.

Conținutul acestui conflict diferă de acela din primul exemplu, dar caracteristicile esențiale sunt aceleași. Orice alt exemplu de conflict nevrotic ar vădi o incompatibilitate analoagă între impulsiile conflictuale și natura lor inconștientă și compulsivă, ceea ce conduce întotdeauna la imposibilitatea de a decide între concluziile contradictorii implicate.

Admițând o linie de demarcație indistinctă, în acest caz deosebirea dintre conflictele normale și nevrotice constă esențialmente în faptul că disparitatea dintre concluziile conflictuale este mult mai mică la persoana normală decât la nevrotic. Alegerea pe care cea dintâi o are de făcut este una între două moduri de acțiune, fiecare dintre ele fiind realizabilă în cadrul unei personalități bine integrate. Dacă este să exprimăm în plan grafic lucrul acesta, la omul normal direcțiile conflictuale diverg doar cu 90 de grade sau mai puțin, pe când la nevrotic este posibilă o divergență de 180 de grade.

În ceea ce privește conștientizarea, de asemenea, deosebirea este una de grad. Așa după cum a arătat Kierkegaard: „Viața reală este mult prea diversă spre a fi zugrăvită prin simpla etalare a unor contraste abstracte ca acela dintre disperarea complet inconștientă și disperarea complet conștientă."[4] Putem, totuși, spune că un conflict normal poate fi pe de-a-ntregul conștient și că un conflict nevrotic este, în toate elementele sale esențiale, întotdeauna inconștient. Chiar dacă o persoană normală poate să nu fie conștientă de conflictul ei, cu un ajutor relativ mic îl poate recunoaște, pe când tendințele esențiale care produc conflictul nevrotic sunt puternic reprimate și pot fi dezvăluite numai dacă este înfrântă o mare rezistență.

Conflictul normal privește o alegere reală între două posibilități, amândouă considerate dezirabile, sau se referă la convingeri deopotrivă de prețuite de persoana care face alegerea. De aceea are posibilitatea să ajungă la o decizie realizabilă, chiar dacă îi vine greu să o ia și îi cere un anumit sacrificiu. Persoana nevrotică, însă, înghițită de prăpastia conflictului, nu este liberă să aleagă. Ea este împinsă, de forțe la fel de constrictive, în direcții opuse, fără a dori să pornească pe vreuna din ele. De aceea decizia, în sensul uzual al termenului, este imposibilă. Nevroticul este împotmolit, neavând nici o ieșire. Conflictul poate fi rezolvat doar prin revizuirea tendințelor nevroticului implicate aici și prin schimbarea relațiilor sale cu ceilalți și cu sine însuși.

Aceste caracteristici ne fac să înțelegem caracterul chinuitor al conflictelor nevrotice. Nu numai că ele sunt greu de recunoscut,

nu numai că ele aduc persoana la disperare, ci au o forță dezagregantă de care avem toate motivele să ne temem. Fără a cunoaște aceste caracteristici și fără a ține seama de ele nu vom înțelege disperatele tentative de soluționare[5] făcute de nevrotic și care constituie cea mai mare parte a nevrozei.

NOTE

[1] Pentru persoanele normale, pur și simplu agasate de presiunile mediului, o carte ca *On Being a Real Person* de Harry Emerson Fostick va fi de un mare folos.

[2] Cf. capitolul 10, *Sărăcirea personalității*.

[3] *„Independence and self-sufficiency"*, în textul original. (Nota trad.)

[4] Sören Kierkegaard, *The Sicknass anto Death*, Princeton University Press, 1941.

[5] Pe parcursul cărții voi utiliza termenul „a soluționa" în legătură cu tentativele nevroticului de a face să dispară conflictele sale. Din moment ce în mod inconștient neagă existența acestora, el nu încearcă, la drept vorbind, să le soluționeze. Eforturile sale inconștiente sunt îndreptate spre „soluționarea" problemelor sale.

Capitolul 2

CONFLICTUL FUNDAMENTAL

Conflictele au în nevroze un rol mult mai mare decât se admite îndeobște. A le detecta nu este însă lucru ușor, în parte pentru că ele sunt esențialmente inconștiente, dar mai ales pentru că nevroticul neagă cu îndârjire existența lor. Care sunt, așadar, semnalele care ne-ar îndreptăți să suspectăm conflicte subiacente? În exemplele citate în precedentul capitol, prezența acestora era indicată de doi factori la fel de evidenți. Unul dintre aceste semnale constă în simptomele respective: oboseala în primul caz, furtul în cel de al doilea. Este fapt stabilit că orice simptom nevrotic semnalează un conflict subiacent; ceea ce înseamnă că orice simptom este, mai mult sau mai puțin, consecința directă a conflictului. Vom vedea pe parcurs ce efecte au la oameni conflictele nerezolvate, cum produc ele stări de anxietate, de depresie, indecizie, inerție, izolare etc. O înțelegere a relației cauzale ne orientează atenția de la tulburări vizibile la sursa lor, deși natura exactă a sursei nu va fi descoperită.

Celălalt semnal, care ne arată că avem de-a face cu conflicte, este inconsecvența. În primul exemplu am văzut un bărbat care era convins că procedeul adoptat era greșit și că i s-a făcut o nedreptate, dar care n-a mișcat un deget ca să protesteze. În cel de al doilea, o persoană care punea mare preț pe prietenie s-a pretat să fure bani de la un prieten. Uneori însăși persoana aflată în

cauză va conștientiza asemenea inconsecvențe; cel mai adesea, însă, este orbă în fața lor, chiar dacă ele sunt cu totul evidente pentru observatorul necalificat.

Inconsecvențele sunt un indiciu la fel de clar al prezenței conflictelor, cum este temperatura ridicată în cazul tulburărilor organice. Să citățm câteva dintre cele mai obișnuite: o fată dorește mai presus de toate să se mărite, deși bate în retragere în fața avansurilor oricărui bărbat. O mamă hipergrijulie cu copiii ei uită frecvent zilele lor de naștere. O persoană întotdeauna generoasă cu alții este zgârcită în privința celor mai mici cheltuieli pentru ea însăși. Unii care tânjesc după solitudine nu reușesc niciodată să fie singuri. Persoane clemente și tolerante cu cei mai mulți oameni sunt hipersevere și exigente față de ele însele.

Spre deosebire de simptome, inconsecvențele ne permit adesea să facem presupuneri cu privire la natura conflictului subiacent. O depresie acută, de exemplu, dezvăluie doar faptul că o persoană este victima unei dileme. Dar dacă o mamă în aparență devotată uită zilele de naștere ale copiilor ei, putem fi îndreptățiți să credem că este mai devotată idealului ei de a fi o bună mamă decât copiilor ei. Putem admite, de asemenea, posibilitatea ca idealul ei să intre în conflict cu tendința sadică inconștientă de a-și frustra copiii.

Uneori conflictul va apărea la suprafață, adică va fi trăit ca atare în mod conștient. Dar ceea ce apare în realitate este distorsiunea sau modificarea conflictului real. Un astfel de individ poate fi sfâșiat de un conflict conștient atunci când, în pofida tehnicilor sale de eschivare, care de altfel funcționează perfect, se vede confruntat cu necesitatea de a lua o decizie importantă. El nu poate decide să se căsătorească cu cutare sau cutare femeie, ori pur și simplu să se căsătorească, nu poate decide să accepte cutare sau cutare slujbă, să mențină sau să dizolve un parteneriat. Dată fiind suferința sa, el poate apela la un psihanalist, așteptând de la acesta clarificarea problemelor particulare implicate. Și va fi în mod necesar decepționat, deoarece conflictul prezent este pur și simplu punctul la care dinamita ficțiunilor interioare explodează în cele din urmă. Problema particulară care îl torturează nu poate fi

rezolvată fără a porni pe drumul lung și sinuos al recunoașterii conflictelor ascunse dedesubt.

Uneori conflictul interior poate fi exteriorizat, apărând astfel în conștiința individului ca o incompatibilitate între sine însuși și mediu. Ori, descoperind că temerile și inhibițiile aparent neîntemeiate interferează cu dorințele sale, individul poate fi conștient de faptul că contracurenții săi interiori au surse mai profunde.

Cu cât mai multe informații dobândim despre o persoană, cu atât mai capabili suntem să identificăm elementele care ne explică simptomele, inconsecvențele și conflictele superficiale și, trebuie adăugat, cu atât mai confuz devine tabloul, date fiind numărul și diversitatea contradicțiilor. Așa încât ne putem întreba: poate exista un conflict care să stea la baza tuturor acestor conflicte particulare și care să fie în mod originar responsabil de ele? Putem oare zugrăvi structura conflictului în termenii, să zicem, unui mariaj incompatibil, în care o varietate nesfârșită de diferenduri și certuri asupra prietenilor, copiilor, banilor, orelor de masă, servitorilor duce la o fundamentală lipsă de armonie în relația însăși?

Credința că există un conflict fundamental în personalitatea umană este veche și joacă un rol proeminent în diferite religii și filosofii. Puterile luminii și întunericului, ale lui Dumnezeu și ale diavolului, ale binelui și răului sunt unele din modurile în care această credință și-a găsit expresia. În psihologia modernă, Freud, în această privință, ca și în multe altele, a făcut muncă de pionierat. Prima sa ipoteză a fost acum că conflictul fundamental este cel dintre impulsiile noastre instinctuale, cu oarba lor incitare la satisfacere, și mediul prohibitiv: familia și societatea. Mediul prohibitiv este interiorizat la o vârstă timpurie și apare deci ca un Supraeu prohibitiv.

Nu este aici locul să discutăm acest concept cu seriozitatea pe care o merită. Aceasta ar cere o recapitulare a tuturor argumentelor aduse împotriva teoriei libidoului. Fie-ne mai degrabă permis să sesizăm semnificația conceptului ca atare, chiar dacă

excludem premisele teoretice ale lui Freud. Ceea ce rămâne este faptul că opoziția dintre impulsiile egocentrice primitive și conștiința noastră prohibitivă este sursa fundamentală a multiplelor noastre conflicte. Așa după cum se va vedea mai departe, cu însămi atribui acestei opoziții — sau la ceea ce, în linii mari, este comparabil cu modul meu de gândire — un loc semnificativ în structura nevrozelor. Ceea ce pun în discuție este natura sa de bază. Convingerea mea este că, deși este un conflict major, este totuși secundar și își are originea într-o necesitate exprimată în cursul dezvoltării unei nevroze.

Temeiurile acestei respingeri vor deveni clare mai târziu. Iată, deocamdată, un argument: nu cred că orice conflict între dorințe și temeri poate explica măsura în care un nevrotic este interior divizat, având drept rezultat ruinarea reală a vieții individului. O situație psihică, cum este aceea postulată de Freud, ar implica faptul ca nevroticul să-și mențină capacitatea de a năzui pentru ceva din toată inima, el fiind pur și simplu frustrat în aceste năzuințe de acțiunea blocantă a temerilor sale. După câte înțeleg, sursa conflictului privește incapacitatea nevroticului de a dori ceva din toată inima, deoarece dorințele sale autentice sunt divizate, adică merg în direcții opuse[1]. Aceasta ar constitui, de fapt, o condiție mult mai serioasă decât aceea imaginată de Freud.

În pofida faptului că eu consider conflictul fundamental mai dezagregant decât o făcea Freud, concepția mea privind posibilitatea unei soluții finale este mai pozitivă decât a lui. Potrivit lui Freud, conflictul fundamental este universal și, în principiu, nu poate fi rezolvat: tot ceea ce se poate face este să ajungi la un mai bun compromis sau la un mai bun control. Potrivit concepției mele, conflictul nevrotic fundamental nu apare în mod necesar în prim-plan, iar dacă apare este posibilă o rezolvare, cu condiția ca suferindul să fie dispus să-și asume efortul considerabil și privațiunea de rigoare. Această deosebire nu este o chestiune de optimism sau de pesimism, ci rezultă în mod inevitabil din premisele noastre.

Ultima soluție a lui Freud la problema conflictului fundamental are dimensiuni cu totul filosofice. Făcând din nou

abstracție de diferitele implicații ale liniei sale de gândire, a sa teorie a instinctelor „vieții" se reduce la conflictul dintre forțele constructive și distructive din ființele umane. Freud însuși era mai puțin interesat în a face ca acest concept să se sprijine pe conflicte decât de modul de a amalgama cele două forțe. De exemplu, el vedea posibilitatea explicării impulsiilor masochiste și sadice ca pe o fuziune între instinctele sexual și de distrugere.

Aplicarea acestui concept la studierea conflictelor ar fi cerut introducerea de valori morale. Acestea, însă, erau pentru Freud intruși iliciți în sfera științei. În acord cu convingerile sale, el se străduia să dezvolte o psihologie lipsită de valori morale. Cred că această încercare extremă de a fi „științific", în sensul științelor naturale, este unul dintre cauzele incontestabile pentru care teoriile lui Freud și terapia bazată pe ele sunt îngrămădite în limite prea înguste. Mai exact, se pare că au contribuit la eșecul său de a aprecia rolul conflictelor în nevroză, în pofida operei sale cuprinzătoare în acest domeniu.

Jung pune și el un puternic accent pe tendințele opuse din ființele umane. Într-adevăr, el a fost atât de impresionat de contradicțiile care se manifestă în individ încât le-a luat drept lege generală, conform căreia prezența unui element ar indica în mod necesar prezența și a opusului acestuia. O feminitate exterioară implică o masculinitate interioară; o extraversiune de suprafață ar indica o introversiune ascunsă; o preponderență exterioară a gândirii și rationamentului ar exprima o preponderență interioară a afectivității etc. Până la acest punct s-ar părea că Freud considera conflictele drept o trăsătură esențială a nevrozei. Dar el spune că aceste opoziții nu sunt conflictuale, ci complementare, scopul fiind acceptarea amândurora și, prin aceasta, apropierea de idealul totalității. Pentru el nevroticul este o persoană împotmolită într-o dezvoltare unilaterală. Jung definește aceste concepte în cadrul a ceea ce a numit legea complementarității. Eu însămi recunosc că tendințele opuse conțin elemente complementare, nici una dintre ele neputând fi dispensabilă într-o personalitate integrată. Dar, după părerea mea, acestea deja sunt excrescențe ale conflictelor nevrotice și se aderă atât de tenace la ele întrucât reprezintă

încercări de soluționare. Dacă, de exemplu, considerăm tendința de a fi introspectiv, retras, mai preocupat de propriile sentimente, gânduri sau imagini decât de ale altora, ca pe o autentică înclinație — ceea ce este stabilit din punct de vedere constituțional și întărit de experiență —, atunci modul de a raționa al lui Jung ar fi corect. Metoda terapeutică eficientă i-ar arăta individului tendințele sale „extravertite" ascunse, pericolele unilateralizării într-o anumită direcție și l-ar încuraja să accepte și să trăiască ambele tendințe. Dacă, însă, considerăm introversiunea (sau, cum prefer să o numesc, izolarea nevrotică) un mijloc al conflictelor evadării generate în strâns contact cu semenii, sarcina nu este să încurajăm mai multă extraversiune, ci să analizăm conflictele subiacente. Țelul totalității poate fi atins numai după ce acestea au fost rezolvate.

Procedând acum la dezvoltarea propriei mele poziții, voi spune că prin conflictul fundamental al nevroticului înțeleg atitudinile esențialmente contradictorii pe care el le-a dobândit față de alte persoane. Înainte de a intra în detalii, fie-mi permis să atrag atenția asupra dramatizării unei asemenea contradicții în povestea referitoare la Dr. Jekill și Mr. Hyde[2]. Îl vedem, pe de o parte, delicat, sensibil, simpatic, săritor la nevoie, iar pe de altă parte brutal, crud și egoist. Desigur, nu înțeleg să insinuez că divizarea nevrotică urmează cu precizie linia acestei istorii, ci pur și simplu să dau o expresie mai vie incompatibilității atitudinilor în relația cu semenii.

Ca să abordăm problema din punct de vedere genetic ar trebui să ne întoarcem la ceea ce am numit anxietate fundamentală[3], înțelegând prin aceasta sentimentul unui copil de a fi izolat și lipsit de ajutor într-o lume potențial ostilă. O gamă largă de factori potrivnici din mediu pot să producă această insecuritate la copil: dominația directă sau indirectă, indiferența, comportamentul straniu, lipsa de considerație pentru trebuințele individuale ale copilului, lipsa de călăuzire reală, atitudini înjositoare, prea multă admirație, sau dimpotrivă, lipsă de căldură demnă de încredere, nevoia de a lua partea unuia dintre părinți în disensiunilor lor,

responsabilitatea prea mare sau prea mică, hiperprotecția, izolarea de ceilalți copii, nedreptatea, discriminarea, promisiuni neținute, atmosfera ostilă etc. etc.

Singurul factor asupra căruia aș dori să atrag în mod special atenția în acest context este simțul copilului cu privire la ipocrizia secretă din mediu: sentimentul său că dragostea părinților, caritatea lor creștină, onestitatea, generozitatea etc. pot fi doar simulacre. Parte a ceea ce copilul simte în această privință este realmente ipocrizie, dar o altă parte poate fi însăși reacția sa la toate contradicțiile pe care el le sesizează în comportamentul părinților. De obicei, însă, este vorba de o combinație de factori obstructivi. Ei pot fi manifești sau cu totul latenți, așa încât în actul psihanalitic numai treptat putem recunoaște aceste influențe asupra dezvoltării copilului.

Hărțuit de aceste condiții perturbatoare, copilul tatonează căile de a se menține pe linia de plutire, căi de a face față acestei lumi amenințătoare. În pofida propriei sale neputințe și a temerilor sale, în mod inconștient el inventează tactici de înfruntare a forțelor specifice care operează în mediul său. Procedând astfel, el dezvoltă nu numai strategii *ad hoc*, ci și trăsături de caracter durabile, care devin parte a personalității sale; le-am numit „tendințe nevrotice".

Dacă vrem să înțelegem cum se dezvoltă conflictele, nu trebuie să ne fixăm prea strâns atenția asupra tendințelor individuale, ci mai degrabă să avem o privire panoramică a principalelor direcții în care copilul se poate mișca în aceste circumstanțe. Deși pentru o vreme pierdem din vedere detaliile, dobândim o clară perspectivă a mișcărilor esențiale făcute spre a înfrunta mediul. La început ni se poate prezenta un tablou mai degrabă haotic, dar cu timpul se cristalizează trei direcții principale: copilul se poate mișca *înspre* oameni (*toward* people), *contra* lor (*toward* them) sau se poate *îndepărta* de ei (*away from* them).

În cazul în care se mișcă *înspre* oameni, el acceptă propria-i neputință și, în pofida înstrăinării și temerilor, caută să câștige afecțiunea celorlalți și să se bizuie pe ei. Numai în felul acesta se poate el simți în siguranță cu ei. Dacă în familie există părți aflate

în discordie, el se va atașa persoanei celei mai puternice sau grupului cel mai puternic. Conformându-se lor, el dobândește sentimentul apartenenței și sprijinului, care îl fac să se simtă mai puțin slab și izolat.

În cazul în care se mișcă *împotriva* oamenilor, acceptă să ia drept reală ostilitatea din jurul său și se decide, conștient sau inconștient, să lupte. În mod implicit se îndoiește de sentimentele și intențiile semenilor față de el. Este un rebel prin definiție. Dorește să fie cel mai tare și să învingă, în parte pentru propria-i protecție, dar și din răzbunare.

În cazul în care se *îndepărtează* de oameni, nu dorește nici să aparțină gupului nici să lupte, ci să se țină deoparte. Simte că nu are multe în comun cu ei, că ei nu-l înțeleg cu nici un chip. Își construiește o lume a sa, cu natura, cu păpușile, cu cărțile, cu visurile sale.

În fiecare dintre aceste trei atitudini, unul din elementele implicate în anxietatea fundamentală este hiperaccentuat: neputința în cea dintâi atitudine, ostilitatea în a doua și izolarea în a treia. Dar fapt este că copilul nu poate face nici una dintre aceste mișcări din toată inima, deoarece, în condițiile în care se dezvoltă atitudinile, toate sunt prezente. Ceea ce am văzut în tabloul nostru panoramic este doar mișcarea predominantă.

Că așa stau lucrurile, ne va deveni evident dacă facem acum un salt la nevroza pe deplin dezvoltată. Cu toții cunoaștem adulți la care una dintre atitudinile pe care le-am schițat se conturează în mod distinct. Dar, de asemenea, putem vedea că nici celelalte tendințe ale sale nu au încetat să opereze. La tipul predominant conformist putem observa înclinații spre agresivitate și o oarecare trebuință de izolare. O persoană predominant ostilă are o tendință spre maleabilitate și, de asemenea, trebuințe de izolare. Iar o personalitate însingurată nu este lipsită de ostilitate sau de dorințe de afecțiune.

Atitudinea predominantă, însă, este aceea care determină cel mai puternic conduita reală. Aceasta reprezintă acele modalități și mijloace de a da piept cu ceilalți, în care o anumită persoană se simte cel mai acasă. Astfel, așa cum era și de așteptat, o persoană izolată va face uz de toate tehnicile inconștiente spre a ține pe

ceilalți la o distanță securizantă, deoarece se simte în încurcătură în orice situație care cere o legătură strânsă cu ei. De altfel, atitudinea predominantă nu este întotdeauna cea mai acceptabilă pentru conștiința individului.

Aceasta nu înseamnă că atitudinile mai puțin evidente sunt mai puțin influente. Adesea este greu de spus dacă, de exemplu, la o persoană aparent dependentă și docilă dorința de a domina are o intensitate mai mică decât trebuința de afecțiune; modalitățile sale de a-și exprima impulsiile agresive sunt pur și simplu mai indirecte. Faptul că forța tendințelor subliminale poate fi foarte mare este pus în evidență de numeroasele cazuri în care atitudinea socotită predominantă este răsturnată. Putem vedea o asemenea răsturnare la copii, dar ea are loc și mai târziu în viață. Strickland din *The Moan and Sixpence* de Somerset Maugham este o bună ilustrare în acest sens[4]. Anamnezele unor femei dezvăluie adesea schimbări de felul acesta. O fată altădată băiețoasă, plină de ambiție, nesupusă, după o decepție amoroasă se poate transforma într-o femeie maleabilă, dependentă, în aparență lipsită de sete de putere. Sau, sub presiunea unor experiențe dure, o persoană izolată poate afișa o dependență morbidă.

Trebuie adăugat că schimbări de felul acesta aruncă o oarecare lumină asupra întrebării, frecvent puse, dacă experiența de mai târziu are vreo importanță sau dacă nu cumva suntem definitiv structurați, condiționați o dată pentru totdeauna de situația noastră din copilărie. Examinarea dezvoltării nevrozei din punctul de vedere al conflictelor ne dă posibilitatea unui răspuns mai adecvat decât cel oferit de obicei. Există cel puțin două posibilități: dacă situația inițială nu este prea prohibitivă în ceea ce privește dezvoltarea spontană, experiențele de mai târziu, în special în adolescență, pot avea o influență modelatoare; dacă, însă, impactul experiențelor inițiale a fost destul de puternic spre a-l modela pe copil într-un tipar rigid, nici o experiență nu va fi în stare să-l spargă. Pe de o parte, lucrul acesta se întâmplă pentru că rigiditatea lui îl închide în fața oricărei experiențe noi: izolarea sa, de exemplu, poate fi prea mare ca să-i permită cuiva să intre în intimitatea lui, ori dependența sa poate fi atât de adânc

înrădăcinată încât să-l oblige întotdeauna să joace un rol subordonat și să invite la exploatare. Pe de altă parte, lucrul acesta se întâmplă pentru că el va interpreta orice experiență nouă în limbajul tiparului său stabilit (*his established pattern*): tipul agresiv, de exemplu, confruntat cu o atitudine de prietenie, va vedea în aceasta fie o manifestare a stupidității, fie o încercare de a-l exploata; experiența nouă nu va face decât să tindă la întărirea vechiului tipar. Când un nevrotic adoptă o atitudine diferită este ca și cum o experiență nouă nu va fi determinat o schimbare de personalitate. Schimbarea, însă, nu este atât de radicală pe cât pare. În realitate, presiuni combinate, interioare și exterioare, l-au obligat să abandoneze atitudinea predominantă în favoarea celeilalte extreme, dar această schimbare nu s-ar fi petrecut dacă ar fi avut loc mai întâi conflicte.

Din punctul de vedere al omului normal, nu există motive pentru care cele trei atitudini să se excludă reciproc. Cele trei atitudini fundamentale pot fi complementare, alcătuind un tot armonios. Dacă una din ele predomină, aceasta pur și simplu arată o supradezvoltare într-o direcție dată.

În nevroză, însă, există mai multe cauze pentru care aceste atitudini sunt ireconciliabile. Nevroticul nu este flexibil; el este impulsionat din interior să se conformeze, să lupte, să stea retras, indiferent dacă actul său este adecvat într-o circumstanță dată, el intrând în panică dacă se comportă altfel. De aceea, atunci când toate trei atitudinile sunt prezente într-o proporție apreciabilă, nu se poate să nu fie prins într-un conflict serios.

Un alt factor, care amplifică în mod considerabil anvergura conflictului, este că atitudinile nu rămân restrânse la domeniul relațiilor umane, ci cuprind treptat întreaga personalitate, așa cum o tumoare malignă cuprinde întregul țesut organic. Ele sfârșesc prin a asalta nu numai relația individului cu semenii, ci și relația cu sine și cu viața în general. Dacă nu suntem conștienți de acest caracter atotcuprinzător, ne paște tentația de a gândi conflictul generat în termeni categorici, de felul iubire *contra* ură, supunere *contra* sfidare, umilință *contra* dominație etc. Lucrul acesta, însă,

ar fi la fel de greșit ca a face distincția dintre fascism și democrație prin concentrarea atenției asupra unei singure trăsături opuse, cum ar fi abordarea diferită a problemei religiei sau puterii. Există deosebiri, desigur, dar accentul exclusiv pus pe acestea ar estompa faptul că democrația și fascismul sunt lumi cu totul distincte și că reprezintă două filosofii asupra vieții absolut incompatibile.

Nu este accidental faptul că un conflict care începe cu relația noastră cu semenii cu timpul afectează întreaga personalitate. Relațiile umane sunt atât de cruciale, încât ele trebuie să ducă la modelarea trăsăturilor pe care le dezvoltăm, a țelurilor pe care ni le fixăm, a valorilor în care credem. Toate acestea, pe de altă parte, influențează relațiile noastre cu ceilalți și sunt, astfel, inextricabil întrețesute[5].

Potrivit concepției mele[6], conflictul generat de atitudini incompatibile constituie sâmburele nevrozei și de aceea merită a fi numit *fundamental*. Și fie-mi îngăduit să folosesc termenul *sâmbure* nu pur și simplu în sensul figurativ al importanței sale, ci accentuând faptul că este centrul dinamic din care emană nevroza. Această concepție este nucleul noii concepții referitoare la nevroză, ale cărei implicații vor deveni vădite în cele ce urmează. Privită în linii mari, teoria poate fi considerată ca o punere la punct a concepției mele anterioare, conform căreia nevrozele sunt expresia tulburării relațiilor umane[7].

NOTE

[1] Cf. Franz Alexander, „The Relation of Structural and Instinctual Conflicts", *Psychoanalytic Quarterly*, vol. XI, No. 2, April 1933.

[2] În *Dr. Jekyll and Mr. Hyde* (1886), carte a prozatorului englez Robert Louis Stevenson (1850–1894) consacrată problemelor subconștientului, un medic descoperă că un drog îi transformă în mod monstruos personalitatea. În ipostaza de Mr. Hyde el este capabil de crimă. Repetarea „metamorfozei" face tot mai dificilă revenirea la personalitatea de bază. Este o alegorie în maniera lui John Bunyan (1628–1688), referitoare la binele și răul existent în orice om. (Nota trad.)

[3] Karen Horney, *The Neurotic Personality of Our Time*, W.W. Norton, 1937.

[4] O clară ilustrare a acestui fenomen psihologic avem și în literatura românească: personajul Spiridon Biserică din comedia *Mielul turbat* (1953) de Aurel Baranga. (Nota trad.)

[5] „*My contention is*", în textul original, ceea ce face aluzie la sensul polemic al concepției. (Nota trad.)

[6] Din moment ce relația cu ceilalți și atitudinea față de sine nu pot fi separate, concepția găsită uneori în publicațiile psihiatrice, conform căreia una sau alta dintre acestea este factorul cel mai important în teorie și practică, nu este de susținut.

[7] Acest concept a fost inițial prezentat în *The Neurotic Personality of Our Time* și dezvoltat în *New Ways in Psychoanalysis* și în *Self-Analysis*.

Capitolul 3

TREBUINȚA DE AFECȚIUNE UMANĂ

Este imposibil de prezentat conflictul fundamental prin simpla demonstrare a operării acestuia într-un număr de indivizi. Din cauza puterii sale dezagregante (*disruptive power*), neuvroticul construiește în jurul său o structură defensivă care servește nu numai la ascunderea acestuia, ci îl înrădăcinează atât de adânc încât nu mai poate fi izolat în formă pură. Rezultatul este că manifestările de la suprafață sunt mai mult diferite încercări de soluționare decât conflictul ca atare. De aceea, o simplă detaliere a anamnezelor nu va reliefa pe deplin toate implicațiile și nuanțele acestuia; prezentarea va fi în mod necesar mult prea de circumstanță și ne va oferi un tablou prea puțin transparent.

Pe de altă parte, contururile schițate în capitolul precedent au nevoie de completări. Spre a înțelege întregul ansamblu implicat în conflictul fundamental este necesar să începem prin a studia în mod separat fiecare dintre elementele opuse. Putem face cu oarecare succes lucrul acesta dacă supunem observației tipuri de indivizi la care unul sau altul dintre elemente a devenit predominant și pentru care acesta reprezintă Eul cel mai acceptabil. De dragul simplității, voi clasifica asemenea tipuri drept personalitate docilă, agresivă și izolată[1]. În fiecare caz ne vom concentra atenția asupra atitudinii celei mai acceptabile a individului, lăsând deoparte, pe cât posibil, conflictele pe care le ascunde. La fiecare dintre aceste tipuri vom descoperi că

atitudinea fundamentală față de ceilalți a dus la crearea sau cel puțin la stimularea anumitor trebuințe, trăsături, sensibilități, inhibiții, anxietăți și, *last but not least*, la formarea unui ansamblu de valori particulare.

Acest mod de a proceda poate avea unele neajunsuri, dar are și avantaje bine definite. Examinând în primul rând funcțiile și structura unui ansamblu de atitudini, reacții, credințe etc. în tipuri unde ele sunt relativ evidente, va fi ușor să recunoaștem combinații similare în cazurile în care ele apar într-o formă oarecum vagă și confuză. În afară de aceasta, examinarea unui tablou integral ne va face să reflectăm incompatibilitatea intrinsecă a celor trei atitudini. Să ne întoarcem la analogia noastră pe tema democrației în *comparație* cu fascismul: dacă vrem să subliniem deosebirea esențială dintre ideologiile democrată și fascistă, nu vom începe prin a prezenta un individ la care credința în anumite idealuri democratice este combinată cu o înclinație secretă către metode fasciste. Mai degrabă vom căuta mai întâi să zugrăvim un tablou al spiritului fascist după scrierile și acțiunile naziste, iar apoi vom proceda la compararea acestora cu cele mai reprezentative expresii ale modului democratic de viață. Aceasta ne va da o impresie clară asupra contrastelor dintre cele două ansambluri de credințe și ne va ajuta să înțelegem persoanele și grupurile care încearcă să facă un compromis între ele.

Grupul I, tipul docil, manifestă toate trăsăturile care se încadrează în „trebuința de afecțiune umană" (*moving toward people*). El manifestă o marcată trebuință de afecțiune și de aprobare și o trebuință specială de „partener", adică de prieten, iubit, soț sau soție, *„care să împlinească toate speranțele de viață și să-și asume responsabilitatea pentru bine și rău, manipularea cu succes a acestuia devenind sarcina predominantă"*[2]. Aceste trebuințe au caracteristicile comune tuturor tendințelor nevrotice: sunt compulsive în mod nediscriminativ și generează anxietate sau depresie în caz de frustrare. Ele operează aproape independent de valoarea intrinsecă a „semenilor" în chestiune sau de sentimentele reale ale persoanei față de ele. Cu toate că aceste trebuințe pot varia în expresia lor, ele se centrează în jurul dorinței de intimitate

umană, al dorinței de „apartenență". Din cauza naturii nediscriminative a trebuințelor sale, tipul docil va fi înclinat să-și supraevalueze afinitățile și interesele pe care le are cu cei din jurul său și să nu ia în seamă factorii separatori[3]. Aprecierile sale greșite cu privire la oameni nu sunt datorate ignoranței, stupidității sau incapacității de a observa, ci sunt determinate de trebuințele sale compulsive. El se simte — cum ilustrează desenul unei paciente — ca un copilaș înconjurat de animale stranii și amenințătoare. Ea stătea acolo, mică de tot și neajutorată, în mijlocul desenului, înconjurată de o albină uriașă gata s-o înțepe, de un câine care putea s-o muște, de o pisică ce putea sări la dânsa, de un taur ce putea s-o ia în coarne. Evident, natura reală a celorlalte ființe nu are importanță decât în măsura în care sunt cele mai agresive, cele mai înfricoșătoare și a căror „afecțiune" este cea mai necesară. În rezumat, acest tip are nevoie să fie plăcut, căutat, dorit, iubit, acceptat, binevenit, aprobat, apreciat, necesar, important pentru ceilalți, în special pentru o anumită persoană; el are nevoie să fie ajutat, protejat, îngrijit, călăuzit.

Dacă, în cursul psihanalizării, pacientului îi este dezvăluit caracterul compulsiv al acestor trebuințe, probabil că el va afirma că toate aceste dorințe sunt absolut „naturale" și, desigur, în acest caz el se situează pe o poziție ușor de apărat. Cu excepția celor a căror întreagă ființă a fost denaturată de tendințe sadice (ceea ce vom discuta mai târziu) și a căror dorință de afecțiune este înăbușită și dincolo de orice posibilitate de funcționare, se poate afirma cu siguranță că oricine dorește să se simtă iubit, protejat, ajutat etc. Pacientul greșește doar atunci când susține că întreaga sa căutare frenetică a afecțiunii și aprobării este autentică, pe când, în realitate, partea autentică este puternic umbrită de insațiabilul său impuls de a se simți în siguranță.

Trebuința de a satisface acest impuls este atât irezistibilă, încât orice face nevroticul este orientat spre înfăptuirea acestui impuls. Pe parcursul procesului respectiv, el își dezvoltă anumite însușiri și atitudini care îi modelează caracterul. Unele dintre acestea pot fi îndrăgite: sensibilitatea față de trebuințele altora, în cadrul a ceea ce el este capabil să înțeleagă în plan emoțional. De

exemplu, deși s-ar putea să ignore cu desăvârșire dorința unei persoane de a sta retrasă, el va fi prompt la trebuința semenului de simpatie, ajutor, luare în considerație etc. El încearcă în mod automat să trăiască pe măsura așteptărilor celorlalți sau a ceea ce crede el a fi așteptările lor, pierzând adesea din vedere propriile sale sentimente. Devine „altruist", gata de autosacrificiu, nepretențios, cu excepția nemărginitei sale dorințe de afecțiune. Devine ascultător, hiperpoliticos — în limitele care îi sunt posibile —, hiperaprobator, hiperrecunoscător, generos. Este orb în fața faptului că, în străfundul inimii sale, nu prea are mare grijă de ceilalți și tinde să-i considere ipocriți și hrăpăreți. Dar — dacă ne este permis să utilizăm termeni conștienți pentru ceea ce are loc în mod inconștient —, el se convinge pe sine că iubește pe oricine, că toți sunt „simpatici" și vrednici de încredere, un sofism care nu numai că duce la dezamăgiri sfâșietoare, ci sporește insecuritatea sa generală.

Aceste însușiri nu sunt atât de prețioase pe cât îi apar individului însuși, în special pentru că nu-și consultă propriile sentimente sau judecata proprie, ci dă orbește altora ceea ce el este împins să dorească de la ei, și pentru că este profund zguduit dacă recompensele nu se materializează. Căutând să evite privirile chiorâșe, certurile, competiția, el tinde să se subordoneze, să ocupe un loc secundar, lăsând altora lumina rampei; va fi împăciuitor, conciliant și — cel puțin în mod conștient — nu va avea pică pe cineva. Orice dorință de răzbunare sau triumf asupra cuiva este profund reprimată, încât el însuși adesea se minunează cât de ușor de conciliat este și că niciodată nu nutrește pentru multă vreme resentimente. Importantă în acest context este tendința de a-și asuma în mod automat vina. Indiferent de sentimentele sale reale — adică de faptul dacă se simte realmente vinovat sau nu —, el se va acuza mai degrabă pe sine decât pe alții, tinzând să se analizeze cu atenție sau să fie conciliant în fața unei critici evident nejustificate sau a unui atac anticipat.

Există o tranziție imperceptibilă de la aceste atitudini la inhibiții bine definite. Întrucât orice fel de comportament agresiv este tabu, găsim inhibiții care privesc modul de a fi peste măsură

de insistent, critic, pretențios, cazon, producător de impresie tare, luptător pentru scopuri ambițioase. De asemenea, întrucât viața sa este total orientată către ceilalți, adesea inhibițiile sale îl împiedică să aibă interese sau bucurii egoiste. Se poate ajunge la punctul în care orice lucru neîmpărtășit cu cineva — fie un prânz, un spectacol, muzică, un peisaj natural — devine lipsit de sens. Este de prisos să spunem că o astfel de restricție rigidă a satisfacției nu numai că sărăcește viața, ci face din ce în ce mai mare dependența de ceilalți.

În afara idealizării[4] însușirilor pe care tocmai le-am numit, acest tip de om are anumite atitudini față de sine caracteristice. Una dintre acestea este dată de sentimentul că el este slab și neajutorat, sentimentul „bietul de mine" (*a „poor little me" feeling*). Dacă este acceptat cu propriile sale resurse se simte pierdut, ca un vas lipsit de ancore sau ca o cenușăreasă vitregită[5]. Această neajutorare este în parte reală; desigur, sentimentul că în nici o împrejurare nu poți lupta sau intra în competiție promovează o slăbiciune reală. În afară de aceasta, el recunoaște deschis neajutorarea sa, față de sine și în fața celorlalți. Ea poate să fie în mod dramatic reliefată în vise. Adesea recurge la ea ca la un mijloc de a apela la ajutorul semenilor sau ca la un mijloc de apărare: „Trebuie să mă iubești, să mă protejezi, să mă ierți, nu să părăsești, *pentru că* sunt atât de slab și de neajutorat".

O a doua caracteristică provine din tendința sa de a se subordona. El ia drept de la sine înțeles faptul că oricine îi este superior, fiind mai atrăgător, mai inteligent, mai bine educat, mai valoros decât dânsul. Baza reală a acestui sentiment constă în lipsa de agresivitate și fermitate care îi diminuează capacitățile; dar chiar și în domeniile în care este incontestabil calificat, sentimentul său de inferioritate îl face să-l crediteze pe un altul — indiferent de meritul său — cu o competență mai mare decât a sa. În prezența unor persoane agresive sau arogante sentimentul propriei nimicnicii se accentuează și mai mult[6]. Dar chiar și atunci când e singur tendința sa este să-și subestimeze nu numai propriile-i calități, talente și capacități, ci și posesiunile materiale.

A treia trăsătură tipică face parte din dependența sa generală de ceilalți. Este vorba de tendința sa inconștientă de a se evalua pe sine după ceea ce gândesc ceilalți despre dânsul. Stima față de sine însuși crește sau scade în raport cu aprobarea sau dezaprobarea lor, în raport cu afecțiunea sau lipsa lor de afecțiune. De aceea orice respingere este realmente catastrofală pentru el. Dacă cineva nu-i onorează o invitație, pe planul conștiinței el poate avea o înțelegere rațională a faptului, dar în conformitate cu logica lumii sale interioare particulare, în care trăiește, barometrul stimei față de sine însuși cade la zero. Cu alte cuvinte, orice critică, respingere sau neglijare este un pericol terifiant, iar el poate face cel mai deplorabil efort de a recâștiga bunăvoința persoanei care astfel l-a amenințat. Faptul că întoarce și celălalt obraz nu este cauzat de vreun misterios impuls masochist, ci doar un mod logic de a proceda, pe baza premiselor sale interioare.

Toate acestea contribuie la tabla sa de valori specială. Firește, valorile ca atare sunt mai mult sau mai puțin lucide și atestate, în funcție de maturitatea sa generală. Ele merg în direcția generozității, simpatiei, iubirii, altruismului, modestiei, în timp ce egotismul, ambiția, cruzimea, lipsa de scrupule, practica puterii sunt abhorate, deși aceste atribute pot fi în același timp admirate în secret, deoarece reprezintă „forța".

Acestea sunt, așadar, elementele implicate în trebuința nevrotică de afecțiune umană. Este acum limpede cât de inadecvat ar fi să le descriem printr-un *singur* termen, cum ar *fi supus* sau *dependent*, din moment ce un întreg mod de gândire, simțire, acțiune — un întreg mod de viață — este implicat în aceste elemente.

Am făgăduit să nu iau în discuție factorii contradictorii. Nu vom înțelege însă pe deplin cât de rigide rămân toate atitudinile și credințele decât dacă conștientizăm măsura în care reprimarea tendințelor opuse le întărește pe cele dominante. Vom arunca, deci, o scurtă privire asupra reversului tabloului. Dacă analizăm tipul docil, descoperim o diversitaste de tendințe agresive puternic reprimate. În contrast net cu aparenta hipersolicitudine, dăm peste o nemiloasă lipsă de interes față de ceilalți, atitudini de sfidare, tendințe inconștiente de parazitare sau exploatare, înclinații de a-i

controla și manipula pe ceilalți, trebuințe nefiinduplecate de a excela sau de a se bucura de succese vindicative. Desigur, impulsiile refulate variază în natura și intensitatea lor. În parte ele apar ca reacție la experiențe nefericite de odinioară cu ceilalți. Anamneza va arăta, de exemplu, capricioase accese de furie la vârsta de cinci sau opt ani, care apoi dispar, făcând loc unei docilități obișnuite. Dar tendințele agresive sunt de asemenea alimentate și întărite de experiența de mai târziu, deoarece ostilitatea este în permanență generată de mai multe surse. Ar fi multe de spus în această privință; este de ajuns să arătăm aici că autoeclipsarea și „bunătatea" invită la depășire și la profitarea de avantaje; pe de altă parte, dependența de ceilalți provoacă o extremă vulnerabilitate care, rând pe rând, duce la sentimentul de a fi neglijat, respins și umilit, ori de câte ori nevroticul nu beneficiază de cantitatea excesivă de afecțiune sau de aprobare cerută.

Când spun că toate aceste sentimente, impulsii și atitudini sunt „refulate", utilizez termenul în înțelesul dat de Freud, anume că individul nu numai că o face în mod inconștient, dar are interesul atât de implacabil de a nu deveni niciodată conștient de aceasta, încât veghează îngrijorat ca nu cumva vreo urmă să fie dezvăluită sieși sau celorlalți. În felul acesta, orice refulare ne pune în fața întrebării: Ce interes are individul să refuleze anumite forțe care operează în interiorul său? În cazul tipului docil găsim mai multe răspunsuri. Pe cele mai multe dintre ele le vom putea înțelege doar mai târziu, când vom discuta despre imaginea idealizată și tendințele sadice. Ceea ce putem înțelege încă de pe acum este că sentimentele sau expresiile de ostilitate ar periclita trebuința persoanei de a plăcea celorlalți și de a le fi plăcut. Mai mult, orice comportament agresiv sau chiar autoagresiv i-ar apărea ca fiind egoist. El l-ar condamna și de aceea simte că și ceilalți l-ar condamna. Iar el nu-și asumă riscul unei asemenea condamnări, deoarece stima sa față de sine este cu totul dependentă de aprobarea lor.

Refularea tuturor sentimentelor și impulsurilor agresive, vindicative, râvnitoare la putere are și o altă funcție. Este una din

multiplele încercări ale nevroticului de a-și lichida conflictele și de a crea în locul lor un sentiment de unitate, de unanimitate, de totalitate. Tânjirea după unitatea noastră interioară nu este o dorință mistică, ci este inspirată de necesitatea practică de a funcționa în viață — ceea ce este imposibil când ești în permanență mânat în direcții opuse — și prin care, drept urmare, trăiește groaza extremă de a fi scindat în două. Faptul că se dă predominanță unei tendințe, prin reprimarea tuturor elementelor discrepante, este o tentativă inconștientă de a organiza personalitatea. Aceasta constituie una din tentativele majore de a rezolva conflictele nevrotice.

În felul acesta am și descoperit interesul dublu al tinerii stricte în frâu a tuturor impulsurilor agresive: întregul mod de viață al persoanei ar fi primejduit, iar unitatea sa artificială ar exploda. Cu cât mai distructive sunt tendințele agresive, cu atât mai stringentă este necesitatea de a le exclude. Individul va fi înclinat să procedeze de-a-ndoaselea, ca să nu pară niciodată că dorește ceva pentru sine, că refuză vreodată o rugăminte, plăcând întotdeauna oricui, menținându-se mereu în planul ultim al scenei etc. Cu alte cuvinte, tendințele către docilitate, către conciliere sunt întărite, ele devenind mai compulsive și mai puțin diferențiate[7].

Fără îndoială, toate aceste eforturi inconștiente nu opresc impulsiile refulate să acționeze și să se afirme. Dar ele o fac în modalități care se adaptează la structură. Individul va întreba „din ce cauză este el atât de nenorocit" sau va domina în secret, sub masca „iubirii". Ostilitatea refulată acumulată poate de asemenea să apară în explozii mai mult sau mai puțin vehemente, de la iritabilitatea ocazională până la accesele de furie temperate. Aceste dezlănțuiri, deși nu se potrivesc în tabloul amabilității și blândeții, îi apar individului însuși ca fiind de deplin justificate, potrivit premiselor sale el fiind absolut îndreptățit. Ignorând faptul că revendicările sale față de ceilalți sunt excesive și egocentrice, el nu se poate opri să simtă uneori că este atât de inechitabil tratat încât pur și simplu nu mai poate suporta. În sfârșit, dacă ostilitatea refulată capătă forța unei furii oarbe, ea poate duce la tot felul de

tulburări funcționale, cum ar fi durerile de cap sau indispozițiile stomacale.

Cele mai multe dintre caracteristicile tipului docil au, astfel, o motivație dublă. Dacă, de exemplu, se subordonează, o face din interesul de a evita fricțiunea, iar prin aceasta realizează armonia cu ceilalți; dar poate fi și un mijloc de a distruge toate urmele trebuinței sale de a excela. Dacă le permite celorlalți să-l tragă pe sfoară, lucrul acesta este expresia docilității și a „generozității", dar poate fi și o îndepărtare de propria sa dorință de a exploata. Pentru ca docilitatea nevrotică să fie învinsă este necesar să fie tratate ambele laturi ale conflictului, în ordinea convenabilă. Din publicațiile psihanalitice conservatoare rămânem uneori cu impresia că „eliberarea de agresiuni" este esența terapiei psihanalitice. O asemenea abordare demonstrează prea puțină înțelegere a complexității și îndeosebi a variațiilor structurilor nevrotice. Această abordare are o oarecare validitate numai pentru tipul particular pe care îl discutăm și chiar și în acest caz validitatea este limitată. Dezvăluirea impulsiilor agresive este eliberatoare, însă lesne poate fi vătămătoare pentru dezvoltarea individului dacă „eliberarea" este privită ca un scop în sine. Ea trebuie urmată de o tratare a conflictelor, dacă avem în vedere integrarea finală a personalității.

Trebuie, de asemenea, să ne îndreptăm atenția asupra rolului jucat de iubire și sex la tipul docil. Adesea iubirea îi apare acestuia drept singurul scop pentru care merită să lupți și să trăiești. Viața fără iubire i se pare anostă, inutilă, deșartă. Ca să folosim expresia utilizată de Fritz Wittels, cu referire la aspirațiile compulsive[8], iubirea devine o fantomă care este urmărită cu excluderea a orice altceva. Oameni, natură, muncă sau orice fel de amuzament sau ocupație devin complet lipsite de semnificație dacă nu au vreo legătură cu dragostea, care le dă aromă și savoare. Faptul că, în condițiile civilizației noastre, această obsesie este mai frecventă și mai vădită la femei decât la bărbați a dus la concepția că este o năzuință specific feminină. În realitate nu are nimic de-a face cu feminitatea sau masculinitatea, ci este un fenomen nevrotic, în măsura în care este o impulsie irațională compulsivă.

Dacă ne explicăm structura tipului docil, putem înțelege de ce iubirea este atât de importantă pentru el, de ce există „metodă în sminteala sa". Având în vedere tendințele sale compulsive contradictorii, aceasta este de fapt singura cale pe care pot fi realizate toate trebuințele sale nevrotice. Ea îi promite atât satisfacerea trebuinței de a fi iubit, cât și pe aceea de a domina (prin iubire), trebuința de a ocupa locul secund, dar și de a excela (în ochii partenerului). Ea îi permite să-și mențină — pe o bază justificată, inocentă și chiar lăudabilă — toate impulsiile agresive, în timp ce îi îngăduie în același timp să-și exprime toate însușirile de preț pe care le-a dobândit. În afară de aceasta, dat fiind că ignoră faptul că handicapurile și suferința au drept origine conflictele sale interioare, iubirea i se pare a fi leacul sigur pentru toate acestea: numai să găsească o persoană care să-l iubească și *totul* va fi perfect (*everything* will be all right). Este destul de lesne de văzut că această speranță este falsă, dar trebuie totodată să înțelegem logica raționamentului său mai mult sau mai puțin inconștient. El gândește: „Sunt slab și neputincios; atâta timp cât sunt singur în această lume ostilă, neputința mea este un pericol și o amenințare. Dacă însă găsesc pe cineva care să mă iubească mai presus de toți ceilalți, nu voi mai fi în pericol, întrucât el (ea) mă va proteja. Cu el nu va trebui să fac mare paradă de mine însumi, căci mă va înțelege și îmi va da tot ce doresc, fără a fi nevoie să cer sau să explic. În fond, slăbiciunea mea este o comoară, căci el îmi va iubi slăbiciunea, iar eu mă voi putea bizui pe forța lui. Inițiativa, pe care pur și simplu nu o pot mobiliza pentru mine însumi, va înflori dacă va fi vorba să fac ceva pentru el, și chiar pentru mine, dacă el o dorește."

El gândește, reconstruind în termeni de formulare rațională ceea ce parte este imaginat, parte numai simțit, iar parte cu totul inconștient: „Este un chin pentru mine să fiu singur. Nu numai că nu mă pot bucura de nimic neîmpărtășit cu altul. E mai mult decât atât: mă simt pierdut, cuprins de anxietate. Desigur, pot merge singur la cinema sau pot citi sâmbătă seara o carte, dar ar fi umilitor pentru mine, căci ar fi să-mi dovedesc că nimeni nu mă dorește. De aceea trebuie să am grijă să nu fiu niciodată singur

sâmbătă seara, sau altcândva. Dar dacă aș găsi marea iubire, aș scăpa de acest chin; nu aș mai fi niciodată singur; tot ce este acum lipsit de noimă, fie preparatul micului dejun, fie munca sau contemplarea unui apus de soare, ar fi o plăcere."

Și mai gândește:„Nu am încredere în mine. Întotdeauna cred că oricine altcineva este mai competent, mai atrăgător, mai înzestrat decât mine. Chiar lucrurile pe care le-am realizat eu însumi nu contează, deoarece nu mă pot realmente credita cu ele. Trebuie să fi fost o cacialma sau o lovitură norocoasă. Cu siguranță că nu o pot repeta. Iar dacă oamenii mă cunosc cu adevărat, nu dau pe mine nici o ceapă degerată. Dar dacă aș găsi pe cineva care să mă iubească așa cum sunt și să fiu pentru el de primă importanță, aș fi cineva." Nu este deci de mirare că iubirea are tot farmecul unui miraj. Nu este de mirare că nevroticul se agață de ea, preferând-o laboriosului proces al transformării din interior.

Relația sexuală ca atare — în afară de funcția biologică — are valoarea dovezii de a fi dorit. Cu cât mai mult tinde tipul docil să se detașeze — de teama de a nu fi implicat pe plan emoțional — sau cu cât mai mult se teme că nu este iubit, cu atât mai mult simpla sexualitate va fi substitutul iubirii. Ea va apărea apoi drept singura cale spre intimitatea umană și va fi, ca și iubirea, supraevaluată pentru puterea sa de a rezolva totul.

Dacă avem grijă să evităm ambele extreme — aceea de a considera hiperaccentuarea de către pacient a iubirii ca fiind cât se poate de „naturală" și aceea de a o considera „nevrotică" —, vom vedea că așteptările tipului docil în această direcție se constituie într-o concluzie logică bazată pe premisele filosofiei sale de viață (*his philosophy of life*). Ca atât de adesea în cazul fenomenelor nevrotice (dacă nu întotdeauna), descoperim că raționamentul pacientului, conștient sau inconștient, este ireproșabil, numai că se bazează pe premise false. Premisele sofistice provin din faptul că el interpretează greșit trebuința sa de afecțiune și tot ce ține de aceasta ca pe o capacitate autentică de a iubi, lăsând cu totul în afara ecuației tendințele sale agresive și chiar distructive. Cu alte cuvinte, el ignoră întregul conflict nevrotic. Ceea ce speră este să facă să dispară consecințele vătămătoare ale conflictelor

nerezolvate, fără a schimba nimic în conflictele ca atare, atitudine caracteristică oricărei tentative nevrotice de soluționare. Iată de ce aceste încercări sunt în mod inevitabil sortite eșecului.

Cât privește iubirea ca soluție, totuși, trebuie spus că dacă tipul docil este destul de norocos spre a găsi un partener plin de vigoare și bunăvoință, ori a cărui nevroză să se potrivească cu a sa, suferința lui poate fi considerabil redusă, având drept rezultat o fericire moderată. De regulă, însă, relația de la care așteaptă raiul pe pământ îl cufundă într-o și mai mare suferință. Este cu totul improbabil ca el să-și transforme conflictele într-o relație și prin aceasta să le distrugă. Chiar și cea mai favorabilă posibilitate în acest sens nu poate decât să aline suferința reală; cu excepția rezolvării conflictelor sale, dezvoltarea va rămâne blocată.

NOTE

[1] Termenul „tipuri" este utilizat aici pur și simplu ca o simplificare a sintagmei „persoane cu caracteristici distincte". În mod categoric, în acest capitol, precum și în cele două care urmează, nu intenționez să stabilesc o nouă tipologie. O tipologie este în mod cert dezirabilă, dar trebuie stabilită pe o bază mult mai largă.

[2] Citat din Karen Horney, *Self-Analysis*, W.W. Norton, 1942.

[3] Cf. *The Neurotic Personality of Our Time*, ed. cit., cap. 2 și 5, care se ocupă cu trebuința de afecțiune, și *Self-Analysis*, ed. cit., cap. 8, care tratează despre dependența morbidă.

[4] Cf. capitolul 6, *Imaginea idealizată*.

[5] *„or like Cinderella bereft of her fairy godmother"*, în textul original. (Nota trad.)

[6] *„his own worthiness shrinks still more"*, în textul original. (Nota trad.).

[7] Cf. capitolul 12, *Tendințe sadice*.

[8] Fritz Wittels, „Unconscious Phantoms in Neurotics", *Psychoanalytic Quarterly*, vol. VIII, part. 2, 1939.

Capitolul 4

AGRESIVITATEA FAȚĂ DE SEMENI

Discutând cel de al doilea aspect al conflictului fundamental — agresivitatea față de semeni[1] — vom proceda ca și mai înainte, examinând aici tipul la care predomină tendințele agresive.

Exact așa după cum tipul docil se agață de credința că oamenii sunt „simpatici" și este în permanență deconcertat de evidența contrariului, tot așa tipul agresiv ia drept de la sine înțeles faptul că orice om este ostil și refuză să admită contrariul. Pentru el viața este o luptă a tuturor împotriva tuturor[2] și e vai de oaie în mijlocul lupilor[3]. Excepțiile pe care el le admite sunt făcute cu părere de rău și cu rezervă. Atitudinea sa este uneori cu totul vădită, dar cel mai adesea este acoperită de o fațadă de suavă politețe, de corectitudine și camaraderie. Această „vitrină" poate reprezenta o concesie machiavelică făcută eficacității. De regulă, însă, este un amestec de prefăcătorii, sentimente autentice și trebuințe nevrotice. Dorința de a-i face pe ceilalți să creadă că el este un bun camarad se poate combina cu un grad oarecare de bunăvoință reală atâta timp cât în mintea nimănui nu se pune problema că el însuși este cel dominat. Poate fi vorba de elemente de trebuință nevrotică de afecțiune și de aprobare, puse în serviciul unor țeluri agresive. Nici o astfel de „fațadă" nu-i este necesară tipului docil, deoarece valorile acestuia coincid în orice caz cu virtuțile creștine sau cu cele socialmente aprobate.

Spre a face aprecierea că trebuințele tipului agresiv sunt la fel de compulsive ca acelea ale tipului docil este necesar să înțelegem că ele sunt în același grad inspirate de anxietatea fundamentală. Lucrul acesta trebuie scos în evidență deoarece componenta anxioasă, atât de evidentă la tipul docil, nu este niciodată admisă și nici manifestată de tipul de care ne ocupăm în prezentul capitol. La acest tip totul este axat pe a fi, a deveni sau cel puțin a părea tare și inflexibil.

Trebuințele sale derivă în esență din sentimentul său că lumea este o arenă în care, în sens darwinist, numai cel mai bine adaptat supraviețuiește, iar cel puternic îl anihilează pe cel slab. Ceea ce contribuie cel mai mult la supraviețuire depinde în mare măsură de civilizația în care trăiește individul; în orice caz, însă, legea supremă este urmărirea interesului personal. De aceea trebuința sa primă devine una de control asupra celorlalți. Variațiile în ceea ce privește mijloacele de control sunt infinite. Poate fi vorba de un exercițiu pe față al puterii, de o manipulare indirectă prin suprasolicitudine sau de punerea oamenilor în situația de a se simți obligați. El poate prefera să fie puterea din umbra tronului. Se poate recurge la intelect, ceea ce implică credința că totul poate fi condus prin raționament sau previziune. Forma sa particulară de control depinde, în parte, de înzestrarea sa naturală, iar în parte reprezintă o fuziune de tendințe conflictuale. Dacă, de exemplu, individul este înclinat în același timp la izolare, el va evita orice dominație directă, deoarece aceasta îl pune într-un contact prea strâns cu ceilalți. Metodele indirecte vor fi preferate și în cazul în care există multă trebuință, ascunsă, de afecțiune. Dacă dorința sa este aceea de a fi puterea din umbra tronului, este un indiciu utilizarea semenilor pentru realizarea propriilor țeluri[4].

Concomitent, tipul agresiv simte nevoia să exceleze, să aibă succes, prestigiu, indiferent de formă. Aspirațiile în această direcție sunt în parte orientate spre putere, având în vedere faptul că succesul și prestigiul conferă putere într-o societate competitivă. Dar ele au de asemenea în vedere sentimentul subiectiv de putere alimentat de confirmarea din exterior, de aclamații din afară, aducătoare de supremație. În acest caz, ca și la tipul docil,

centrul de gravitație se află în afara individului însuși; numai modul de confirmare dorit de la ceilalți diferă. De fapt ambele moduri operează în van. Când oamenii se miră de ce succesul nu i-a făcut să se simtă mai puțin nesiguri, ei pur și simplu își arată ignoranța în materie de psihologie, dar faptul în sine indică măsura în care succesul și prestigiul sunt îndeobște privite drept criterii.

O puternică trebuință de a-i exploata pe ceilalți, de a-i păcăli, de a-i utiliza în folosul său face parte din portret. Orice situație sau relație este privită din punctul de vedere al lui „ce pot eu scoate din asta?", fie că este vorba de bani, prestigiu, relații sau idei. Individul însuși este conștient sau semiconștient convins că toată lumea acționează în felul acesta și că ceea ce contează este s-o faci mai eficient decât ceilalți. Însușirile pe care și le dezvoltă sunt aproape diametral opuse acelora ale tipului docil. El devine dur și inflexibil sau lasă această impresie, privind toate manifestările afective ca pe o „sentimentalitate molâie". Pentru el iubirea joacă un rol neglijabil. Nu în sensul că nu s-ar „îndrăgosti" niciodată, că nu ar avea niciodată o aventură amoroasă sau că nu s-ar căsători, dar ceea ce este pentru el de primă însemnătate este să aibă o pereche eminamente avantajoasă, al cărei farmec, prestigiu social sau avere să-i poată întări propria poziție. Nu vede nici un motiv pentru care să aibă considerație față de ceilalți. „De ce ar trebui să le port de grijă —, asta e treaba lor." În lumina vechii probleme de etică, a celor doi indivizi aflați pe o plută, dintre care doar unul poate supraviețui, el și-ar spune desigur că trebuie să-și salveze propria-i piele, nu să fie stupid și ipocrit. Detestă frica de orice fel și va găsi căi drastice de a o ține sub control. Ar putea, de exemplu, să se forțeze să stea într-o casă goală, deși îi este frică de hoți; ar putea să caute în mod stăruitor să meargă călare până când își învinge frica de cai; ar putea ca în mod intenționat să umble prin locuri pline de șerpi spre a se lecui de frica de aceste reptile.

În timp ce tipul docil tinde la împăciuire, tipul agresiv face orice l-ar putea evidenția ca pe un bun luptător. El este ager și subtil în argumentare și nu va pregeta să facă totul de dragul de a dovedi că are dreptate. Se simte cel mai bine cu spatele la zid,

când singura alternativă este lupta. Spre deosebire de tipul docil, care se teme să câștige un joc, el nu știe să suporte o pierdere și dorește incotestabil victoria. Este gata să-i acuze pe ceilalți, exact așa cum tipul docil este gata să-și asume vina. Vina reală nu joacă nici un rol. Tipul docil, când își pledează vinovăția, nu este niciodecum convins că lucrurile stau așa, dar este impulsionat din interior la conciliere. Nici tipul agresiv nu este convins că celălalt a greșit; el admite că are dreptate tocmai pentru că are nevoie de această bază de certitudine subiectivă, în același fel în care o armată are nevoie de un punct sigur de unde să-și lanseze atacul. A recunoaște o eroare când nu este absolut necesar i se pare o imperdonabilă manifestare de slăbiciune, dacă nu de curată prostie.

În concordanță cu atitudinea sa de a trebui să lupte contra unei lumi răuvoitoare, el are a-și dezvolta un simț acut al realismului, *sui generis*. Nu va fi niciodată atât de „naiv" încât să treacă cu vederea la ceilalți orice manifestare de ambiție, cupiditate, ignoranță sau orice altceva care ar putea să-i stânjenească propriile-i obiective. Deoarece într-o civilizație competitivă atribute ca acestea sunt mult mai obișnuite decât decența autentică, el se simte îndreptățit să se considere pe sine ca fiind pur și simplu realist. În realitate, desigur, el este la fel de unilateral ca tipul docil. O altă fațetă a realismului său este accentul pus pe planificare și previziune. Ca orice bun strateg, în orice situație el are grijă să-și calculeze propriile-i șanse, forțele adversarilor și posibilele capcane.

Deoarece este călăuzit de impulsul de a se afirma pe sine drept cel mai puternic, cel mai arțăgos sau cel mai solicitat, el încearcă să dezvolte capacitățile și resursele necesare spre a corespunde acestui model. Interesul și inteligența pe care le depune în munca sa pot să facă din el un slujbaș foarte apreciat sau un om de afaceri înfloritor. Totuși, impresia pe care o lasă de a fi absorbit de munca sa va fi într-un sens înșelătoare, întrucât pentru dânsul munca nu este decât un mijloc ce duce la scop. Nu iubește nicidecum ceea ce face și nu găsește nici o plăcere reală în muncă, fapt ce concordă cu încercarea sa de a exclude orice sentimente din întreaga sa viață. Reducerea la tăcere a oricărui sentiment are un efect cu

două tăişuri. Pe de o parte, aceasta este neîndoielnic o soluţie practică din punctul de vedere al succesului, prin aceea că îl face capabil să funcţioneze ca o maşină bine unsă, care produce neobosit bunuri care îi vor aduce din ce în ce mai multă putere şi prestigiu. Aici ar putea interveni sentimentele. S-ar putea ca ele să-l conducă la un mod de a munci cu mai puţine avantaje oportuniste; ele l-ar putea determina să se abată de la tehnicile atât de des utilizate pe drumul la succes; l-ar putea ademeni departe de munca sa, la desfătarea în sânul naturii sau în domeniul artei, sau la legarea unor relaţii de prietenie, în locul acelora cu oameni folosiţi pur şi simplu pentru atingerea scopurilor sale. Pe de altă parte, sterilitatea emoţională care rezultă din înăbuşirea afectivităţii va avea efect asupra calităţii muncii sale; în mod cert îi va reduce creativitatea.

Tipul agresiv are aerul unui individ extrem de neinhibat. El îşi poate afirma dorinţele, poate da ordine, îşi poate manifesta furia, se poate apăra. Dar în realitate nu are mai puţine inhibiţii decât tipul docil. Nu este spre marea cinste a civilizaţiei noastre faptul că inhibiţiile sale speciale nu ne frapează ca atare imediat. Ele au loc în sfera emoţională şi se referă la capacitatea sa de prietenie, dragoste, afecţiune, înţelegere simpatetică, bucurie dezinteresată. Pe aceasta din urmă el ar considera-o drept irosire de timp.

Sentimentul său despre sine este că e puternic, onest şi realist, ceea ce este adevărat dacă priveşti lucrurile din punctul său de vedere. Potrivit premiselor sale aprecierea sa despre sine însuşi este riguros logică, de vreme ce pentru dânsul cruzimea este tărie, lipsa de consideraţie pentru ceilalţi este onestitate, iar urmărirea nemiloasă a propriilor scopuri este realism. Atitudinea sa în privinţa onestităţii provine în parte dintr-o vicleană demascare a ipocriziilor curente. Entuziasmul pentru cauză, sentimentele filantropice şi altele de felul acesta sunt pentru dânsul simple pretexte, iar lui nu-i este greu să dea în vileag gesturi de conştiinţă socială sau de virtute creştină drept ceea ce ele sunt atât de adesea. Tabla sa de valori este construită prin prisma filosofiei junglei. Puterea face dreptul. Destul cu omenia şi mila. *Homo homini*

lupus[5]. Nu avem aici valori prea diferite de acelea cu care ne-au familiarizat naziştii.

Este o logică subiectivă în tendinţa tipului agresiv de a respinge simpatia reală şi bunăvoinţa, precum şi imitaţiile lor, complezenţa şi împăciuirea. Ar fi însă o greşeală să se afirme că el nu poate face deosebirea. Dacă se confruntă cu un spirit neîndoielnic binevoitor, dublat de forţă, el este cu totul capabil să-l recunoască şi să-l respecte. Problema este că el crede că este împotriva interesului său să aibă prea mult discernământ în această privinţă. Ambele atitudini i se par a fi obstacole în bătălia pentru supravieţuire.

De ce, totuşi, respinge el cu atâta violenţă cele mai blânde sentimente omeneşti? De ce se simte el dezgustat la vederea comportamentului afectuos al celorlalţi? De ce se arată el atât de dispreţuitor când cineva manifestă simpatie într-un moment considerat de el nepotrivit? El procedează ca acela care alungă cerşetorii de la uşa sa pentru că ei îi frâng inima de milă. Poate fi literalmente excesiv de crud cu cerşetorii, putând refuza cea mai simplă milogeală cu o vehemenţă cu totul disproporţionată. Reacţii de felul acesta sunt tipice pentru dânsul şi pot fi uşor observate atunci când, pe parcursul psihanalizării, tendinţele agresive devin mai puţin rigide. În realitate, sentimentele sale pe tema „blândeţii" altora sunt amestecate. O dispreţuieşte la ei, e adevărat, dar o şi salută ca binevenită, deoarece îi permite să-şi urmărească propriile scopuri. Pe de altă parte, de ce se simte el atât de adesea apropiat de tipul docil, exact aşa cum acesta din urmă este atât de adesea apropiat de el? Motivul pentru care reacţia sa este atât de extremă este faptul că e impulsionat de trebuinţa de a combate orice sentimente mai blânde la sine însuşi. O bună ilustrare a acestei dinamici ne dă Nietzsche, al cărui supraom vede în orice formă de simpatie un fel de coloană a cincea, un inamic care operează în interiorul său. „Blândeţea" pentru acest gen de individ înseamnă nu numai afecţiune autentică, milă etc., ci orice este implicat în trebuinţele, sentimentele şi standardele tipului docil. În cazul cerşetorului, de exemplu, în el ar fi vibrat o simpatie reală, trebuinţa de a consimţi la cererea sărmanului om,

sentimentul că trebuia să-i fie de ajutor. Dar există o trebuință încă și mai mare de a alunga de la el toate aceste sentimente, cu rezultatul că nu numai l-a refuzat, ci l-a și insultat[6].

Speranța fuzionării impulsiilor sale divergente, pe care tipul docil o plasează în iubire, tipul agresiv și-o pune în recunoaștere. A fi recunoscut îi promite nu numai afirmarea de sine, pe care el o reclamă, ci și menținerea iluziei de a fi iubit de ceilalți și de a fi capabil, la rându-i, să-i iubească. Deoarece recunoașterea pare să-i ofere astfel o soluție la conflictele sale, ea devine mirajul salvator urmărit de dânsul.

Logica interioară a luptei sale este, în principiu, identică cu aceea prezentată în cazul tipului docil și de aceea nu ne vom referi decât pe scurt la ea. Pentru tipul agresiv, orice sentiment de simpatie, obligația de a fi „bun" sau atitudinea de complezență ar fi incompatibile cu întreaga structură de viață pe care și-a construit-o și căreia i-ar zdruncina temeliile. Mai mult, apariția acestor tendințe contrare l-ar confrunta cu conflictul său fundamental și ar distruge astfel organizarea cu grijă nutrită —, organizarea în vederea unității. Urmarea va fi că refularea tendințelor mai blânde le va întări pe cele agresive, făcându-le tot mai compulsive.

Dacă cele două tipuri pe care le-am discutat sunt vii în mințile noastre, putem vedea că ele reprezintă extreme polare. Ceea ce este dezirabil pentru unul este de disprețuit pentru celălalt. Unul tinde să iubească pe oricine, celălalt îi privește pe toți drept dușmani potențiali. Unul caută să evite cu orice preț lupta, celălalt găsește că aceasta este elementul său natural. Unul se agață de frică și de neputință, celălalt încearcă să le dizolve. Unul se îndreaptă, oricât de nevrotic, spre idealurile umane, celălalt spre filosofia junglei. Dar nici unul dintre aceste modele nu este liber ales: fiecare este compulsiv și inflexibil, determinat de necesități interioare. Nu există cale de mijloc pe care ei să se poată întâlni.

Se impune acum să portretizăm o persoană în care aceste două garnituri de atitudini și de valori contrarii sunt la lucru în egală măsură. Nu este oare clar că o asemenea persoană ar fi inexorabil mânată în două direcții diametral opuse și că cu greu ar putea fi

capabilă să trăiască? Fapt este că ar fi scindată și paralizată, dincolo de orice putere de a acționa. Efortul de a elimina una dintre respectivele garnituri de atitudini și valori va instala cealaltă garnitură; este una din căile în care caută să-și rezolve conflictele.

A vorbi așa cum vorbește Jung, într-un asemenea caz, de o dezvoltare asimetrică pare cu totul inadecvat. Este, în cel mai bun caz, o afirmație formal corectă. Dar deoarece afirmația se bazează pe o greșită înțelegere a forței motrice, implicațiile sunt false. Când Jung, pornind de la conceptul de asimetrie, continuă prin a spune că în terapie pacientul trebuie ajutat să accepte latura opusă, se pune întrebarea: Cum este posibil lucrul acesta? Pacientul nu o poate accepta, ci o poate doar recunoaște. Dacă Jung se așteaptă ca prin acest demers să se ajungă la totalitatea persoanei, am riposta că, în mod cert, acest demers este necesar pentru eventuala integrare, dar că, în sine, aceasta pur și simplu înseamnă o înfruntare a conflictelor sale, pe care până acum a evitat-o. Ceea ce Jung nu a evaluat în mod corect este natura compulsivă a tendințelor nevrotice. Între trebuința de afecțiune umană (*moving toward people*) și agresivitatea față de semeni (*moving against people*) nu există o simplă deosebire între slăbiciune și putere sau — cum ar spune Jung — între feminitate și masculinitate. Noi toți avem potențialități atât pentru complezență, cât și pentru agresiune. Iar dacă o persoană noncompulsivă luptă destul de tenace poate să ajungă la o oarecare integrare. Dacă, însă, cele două modele (*petterns*) sunt nevrotice, ambele sunt vătămătoare pentru dezvoltarea noastră. Două elemente indezirabile puse laolaltă nu fac un întreg dezirabil, după cum nici două elemente incompatibile nu pot să facă o entitate armonioasă.

NOTE

[1] „*move against" people*, în textul original. (Nota trad.)

[2] Cunoscuta formulă din *Leviathan* de Thomas Hobbes: *Bellum omnium contra omnes* = Războiul tuturor contra tuturor. (Nota trad.)

[3] „*The devil take the hindmost*", în textul original. (Nota trad.)

[4] Cf. capitolul 12, *Tendințe sadice*.

[5] În limba latină, în textul original = *Omul e lup față de alt om*, formulă a lui Plaut, reluată îndeosebi de Thomas Hobbes (1588–1679). (Nota trad.).

[6] *„he not only refuses but abuses"*, în textul original, formulă căreia rima îi dă o anumită expresivitate. (Nota trad.)

Capitolul 5

FUGA DE OAMENI

Cea de a treia față a conflictului fundamental este trebuința de izolare, „fuga de oameni" (*„moving away from people"*). Înainte de a o examina la tipul pentru care aceasta a devenit tendința predominantă, trebuie să vedem ce se înțelege prin izolare nevrotică. Fără îndoială, nu este vorba de simplul fapt de a dori în mod ocazional solitudinea. Oricine se ia în serios pe sine și viața dorește din când în când să fie singur. Civilizația noastră ne-a scufundat în elementele exterioare ale vieții, așa încât avem prea puțină înțelegere pentru această trebuință, dar posibilitățile sale de realizare personală au fost puse în valoare de filosofiile și religiile din toate timpurile. Dorința de solitudine plină de sens nu este nicidecum nevrotică; dimpotrivă, cei mai mulți nevrotici se retrag din propriile lor profunzimi interioare, iar o incapacitate de solitudine constructivă este ea însăși un semn de nevroză. Numai dacă există o tensiune intolerabilă asociată cu prezența oamenilor, iar solitudinea devine esențialmente un mijloc de evitare a acestei tensiuni, numai atunci dorința de a fi singur este un simptom de izolare nevrotică.

Unele dintre particularitățile persoanei excesiv izolate sunt atât de caracteristice pentru aceasta, încât psihiatrii sunt înclinați să le considere ca aparținând în mod exclusiv tipului izolat (*detached type*). Cea mai evidentă dintre acestea este o permanentă înstrăinare de oameni. Aceasta ne frapează din cauză că nevroticul o

accentuează în mod deosebit, pe când în realitate înstrăinarea sa nu este mai mare decât aceea a altor nevrotici. În cazul celor două tipuri pe care le-am discutat, de exemplu, ar fi imposibil de făcut o afirmație generală despre tipul cel mai înstrăinat. Putem spune doar că această caracteristică este ascunsă la tipul docil și că el este surprins și înspăimântat când o descoperă, deoarece pătimașa lui trebuință de claustrare îl face extrem de doritor să creadă că între el și ceilalți nu există nici un spațiu gol. La urma urmei, înstrăinarea de oameni este numai un semn că relațiile umane sunt perturbate. Dar acesta este cazul în toate nevrozele. Extensiunea înstrăinării depinde mai mult de gravitatea perturbării decât de forma particulară pe care o ia nevroza.

O altă caracteristică, privită adesea drept o particularitate a izolării, este înstrăinarea de sine, adică o paralizare față de experiența emoțională, incertitudinea cu privire la ce ești, ce iubești, urăști, dorești, speri, te temi, te ofensezi, crezi. O asemenea autoînstrăinare este și ea comună tuturor nevrozelor. Orice individ, în măsura în care este nevrotic, este ca un avion direcționat de turnul de control și obligat astfel să piardă legătura cu el însuși. Indivizii retrași în izolarea lor pot fi întru totul asemenea zombilor[1] din magia haitiană, morți, însă reînviați prin vrăjitorie: ei pot munci și trăi ca oamenii vii, dar nu este viață în ei. Alții, pe de altă parte, pot avea o viață emoțională relativ bogată. Ceea ce toți indivizii retrași au în comun este cu totul altceva: este capacitatea lor de a se privi pe ei înșiși cu un fel de interes obiectiv, ca unul care ar privi o operă de artă. Poate că modul cel mai bun de a-i descrie ar fi să spunem că au aceeași atitudine de „martor" față de ei înșiși, cum au față de viață în general. De aceea adesea pot fi excelenți observatori ai proceselor care se petrec în interiorul lor. Un exemplu remarcabil în acest sens este misterioasa înțelegere a simbolurilor onirice de care adesea ei dau dovadă.

Crucială este trebuința lor interioară de a pune o distanță emoționată între ei înșiși și ceilalți. Mai precis, este vorba de hotărârea lor conștientă și inconștientă de a nu se lăsa implicați emoțional în relația cu ceilalți, în dragoste, luptă, cooperare sau competiție. Ei trag în jurul lor un fel de cerc magic în care nimeni

nu poate pătrunde. Iată de ce, la suprafață, ei „se înțeleg de minune" cu oamenii. Caracterul compulsiv al trebuinței se manifestă în reacția de anxietate în cazul în care lumea se amestecă în treburile lor.

Toate trebuințele și însușirile pe care ei le dobândesc sunt orientate în sensul acestei trebuințe majore de a nu se lăsa implicați. Printre cele mai frapante este trebuința de *autonomie (self-sufficiency)*. Expresia sa cea mai categorică este inventivitatea. Tipul agresiv tinde și el să fie inventiv, dar într-un sens diferit; pentru el este o necesitate să-și croiască drum într-o lume ostilă și să dorească să-i învingă pe ceilalți în luptă. La tipul izolat sensul este ca la Robinson Crusoe: el trebuie să fie inventiv ca să trăiască. Este singurul mod în care el își poate compensa izolarea.

Un mod mai precar de a-și menține autonomia este acela de a-și restrânge, conștient sau inconștient, trebuințele. Vom înțelege mai bine diferitele demersuri în această direcție dacă ne amintim că principiul de bază este în acest caz acela de a nu deveni niciodată atât de atașat de cineva sau de ceva încât acestea să devină indispensabile. Ceea ce ar periclita izolarea. Mai degrabă să nu ai nimic. Exemplu: un individ izolat poate fi capabil de desfătare reală, dar dacă desfătarea depinde în vreun fel de ceilalți, el preferă să renunțe la aceasta. Poate trăi plăcerea la o serată ocazională, cu câțiva prieteni, dar îi displac gregarismele și funcțiile sociale. De asemenea, evită competiția, prestigiul și succesul. Este înclinat să-și restrângă alimentația, băutura și tabieturile[2], menținându-le la o proporție care să nu-i ceară să cheltuiască prea mult timp și energie pentru câștigarea banilor cu care să le plătească. Îndură cu amărăciune boala, considerând-o o umilință, deoarece îl silește să depindă de ceilalți. Poate stărui să-și dobândească cunoștințele în orice domeniu de la sursa primară: mai degrabă decât să ia drept bune ceea ce alții au spus sau scris despre Rusia, de exemplu, el va dori să o vadă el însuși, la fața locului. Această atitudine ar fi de folos pentru superba independență interioară, dacă nu ar fi dusă până la absurd, ca în cazul în care refuză să se informeze asupra direcției de luat atunci când se află într-un oraș străin.

O altă trebuință accentuată este trebuința de singurătate (*need for privacy*). El este ca acea persoană cazată la hotel care rareori dă jos de la ușa camerei sale pancarta cu textul „Nu deranjați". Până și cărțile pot fi considerate niște intruși, ceva venit din afară. Orice întrebare cu privire la viața sa personală îl poate șoca; el tinde să se ascundă sub un văl de discreție. Un pacient mi-a spus odată că la vârsta de patruzeci și cinci de ani încă mai era iritat de ideea omniprezenței lui Dumnezeu, exact ca în copilărie, când mama sa i-a spus că Dumnezeu putea privi prin jaluzele și-l putea vedea cum își roade unghiile. Era un pacient extrem de reticent chiar și cu privire la cel mai banal detaliu din viața sa. Un individ retras poate fi peste măsură de iritat dacă ceilalți îl socot „încrezător în sine", ceea ce îl face să se simtă luat peste picior. De regulă, el preferă să muncească, să doarmă, să mănânce singur. În net contrast cu tipul docil, îi displace să împărtășească vreo trăire; cealaltă persoană l-ar putea tulbura. Chiar când ascultă muzică, se plimbă sau stă de vorbă, desfătarea sa reală vine mai târziu, în retrospectivă.

Autonomia și singurătatea servesc amândouă cea mai importantă trebuință a sa, trebuința de independență totală. El însuși consideră independența sa drept un lucru de o valoare absolută. Și, fără îndoială, are o valoare de felul acesta. Indiferent de deficiențele sale, individul izolat nu este, în mod cert, un automat conformist. Refuzul său compulsiv[3] de a concura, laolaltă cu izolarea sa de lupta competițională, îi dau o anumită integritate. Eroarea în acest caz este aceea că el caută independența ca pe un scop în sine, ignorând faptul că valoarea sa depinde, la urma urmei, de ceea ce face cu independența. Ca și întregul fenomen de izolare, din care face parte, independența sa are o orientare negativă; ea este axată pe a *nu* fi influențat, constrâns, legat, obligat.

Ca orice altă tendință nevrotică, trebuința de independență este compulsivă și nediscriminată. Ea se manifestă într-o hipersensibilitate față de orice seamănă, în vreun fel oarecare, a fi constrângere, influență, obligație etc. Gradul de sensibilitate este un bun mijloc de măsurare a intensității izolării. Ceea ce este simțit ca fiind constrângător variază de la individ la individ.

Presiuni fizice venite din partea unor lucruri cum sunt gulerele, cravatele, cingătorile, pantofii pot fi simțite drept constrângeri. Orice obstrucție a privirii poate fi simțită ca o îngrădire; intrarea într-un tunel sau într-o mină poate produce anxietate. Sensibilitatea în această direcție nu este deplina explicație a claustrofobiei[4], dar este, în orice caz, baza sa. Obligațiile pe termen lung sunt, dacă e posibil, evitate: semnarea unui contract, semnarea unei concesionări pe mai mult de un an, căsătoria sunt lucruri dificile. În orice caz, căsătoria este pentru individul singuratic o întreprindere primejdioasă, întrucât implică intimitatea umană, deși trebuința de protecție sau credința că partenerul va fi cu totul potrivit cu propriile sale particularități pot să atenueze riscul. Frecvent are loc un acces de panică înainte de perfectarea căsătoriei. Timpul în inexorabilitatea sa este de cele mai multe ori simțit ca o coercițiune; obișnuința de a veni cu exact cinci minute mai târziu la serviciu poate fi utilizată ca un mijloc de a-și menține iluzia libertății. Mersul trenurilor constituie o amenințare; pacienții cu mania izolării se vor bucura ascultând istoria omului care a refuzat să se uite pe mersul trenurilor, mergând la gară la voia întâmplării și preferând să aștepte acolo trenul următor. Faptul că alte persoane așteaptă de la el să facă anumite lucruri sau să se comporte într-un anumit fel îl face dificil și rebel, indiferent dacă asemenea așteptări sunt realmente exprimate sau pur și simplu presupuse. De exemplu, el poate să dea în mod obișnuit cadouri, dar va uita cadourile de ziua de naștere sau de Crăciun, deoarece acestea sunt așteptate de la el. Îi repugnă să se conformeze regulilor de comportament sau tablelor de valori tradiționale. În aparență se va conforma, ca să evite neînțelegerea, dar în sinea sa respinge cu îndărătnicie toate regulile și standardele convenționale. Povața este simțită ca tentativă de dominare și întâmpină rezistență chiar și atunci când coincide cu propriile-i dorințe. Rezistența în acest caz poate fi legată de dorința conștientă sau inconștientă de a-i frustra pe ceilalți.

Trebuința de a se simți superior, deși comună tuturor nevrozelor, trebuie scoasă aici în evidență din cauza asocierii sale intrinseci cu izolarea. Expresiile „turn de fildeș" și „superbă izolare"

sunt o dovadă că până și în vorbirea obișnuită izolarea și superioritatea sunt aproape invariabil legate. Probabil că nimeni nu poate rezista în izolare fără a fi deosebit de puternic și inventiv, sau fără a se *simți* deosebit de important. Faptul acesta este confirmat de experiența clinică. Când sentimentul de superioritate al persoanei în singurătate este temporar zdruncinat fie din cauza unui eșec concret, fie din cauza intensificării conflictelor interioare, ea va fi incapabilă să rămână în singurătate și va întinde mâna cu frenezie după afecțiune și protecție. Oscilații de felul acesta apar adesea în biografia sa. În adolescență sau în prima tinerețe se poate să fi avut câteva prietenii călduțe, dar pe ansamblu a dus o viață destul de izolată, simțindu-se relativ în apele sale. Țesea fantazări despre un viitor în care ar fi realizat lucruri excepționale. Dar mai târziu aceste vise au naufragiat, izbindu-se de stâncile realității. Deși în școala secundară a avut incontestabile pretenții la primul loc, în colegiu a dat peste o competiție serioasă și a bătut în retragere. Primele sale tentative de relații erotice au eșuat. Ori a înțeles, o dată cu înaintarea în vârstă, că visele sale nu s-au materializat. Izolarea a devenit apoi insuportabilă și el a fost torturat de trebuința compulsivă de intimitate umană, de relații sexuale, de căsătorie. Ar fi fost dispus să se supună oricărei umilințe, numai să fie iubit. Când un asemenea om vine la tratament psihanalitic, izolarea sa, deși încă accentuată și vădită, nu poate fi atacată. Tot ceea ce dorește el în primul rând este să fie ajutat să găsească iubirea, într-o formă sau alta. Numai când se simte extrem de puternic, descoperă, cu o imensă ușurare, că ar vrea mai degrabă „să trăiască singur și că asta îi place". Impresia este că el pur și simplu s-a întors la izolarea sa din trecut. În momentul de față, însă, este vorba de a se găsi pentru prima dată pe un teren destul de solid ca să admită — chiar față de sine — că izolarea este ceea ce el dorește. Este momentul potrivit spre a-i analiza izolarea.

Trebuința de superioritate, în cazul individului însingurat, are unele trăsături specifice. Având repulsie pentru lupta competitivă, el nu dorește să exceleze la modul realist, prin eforturi statornice. Crede mai degrabă că tezaurele din interiorul său ar putea fi

recunoscute fără vreun efort din parte-i; că valoarea sa intelectuală ar putea fi apreciată fără ca el să aibă a mișca vreun deget. În visurile sale, de exemplu, își poate imagina comori peste comori ascunse în vreun sat îndepărtat, pe care vin să le vadă experți din țări îndepărtate. Ca toate ideile de superioritate, conține și un element de realitate. Comoara ascunsă simbolizează viața sa intelectuală și emoțională, pe care el o păzește înăuntrul cercului magic.

Un alt mod în care se exprimă sentimentul său de superioritate este ideea propriei unicități. Aceasta este excrescența directă a dorinței sale de a se simți separat și distinct de ceilalți. Se poate asemui cu un copac care stă singur pe un vârf de deal, în timp ce copacii din pădurea de dedesubt sunt opriți în dezvoltarea lor de arboretul din jur. În timp ce tipul docil privește la camaradul său punându-și întrebarea mută „oare mă place?", iar tipul agresiv dorește să știe „cât de tare este ca adversar" sau dacă „îi poate fi util", individul însingurat este în primul rând preocupat de întrebările: „Mă va deranja? Va dori să mă influențeze sau mă va lăsa în pace?" Scena în care Peer Gynt îl întâlnește pe modelarul de nasturi este o reprezentare perfect simbolică a groazei pe care însinguratul o simte în fața perspectivei de a fi aruncat la un loc cu ceilalți. Să ai propria ta celulă în infern ar fi cât se poate de bine, dar să fii azvârlit într-o căldare de topit, să fii modelat sau adaptat pe potriva celorlalți, asta este o idee îngrozitoare. El se simte asemenea unui covoraș oriental rar, unic prin modelul și combinația sa de culori, care nu se strică în veci. El se simte extraordinar de mândru că s-a putut ține departe de influențele nivelatoare ale mediului și este decis să o facă și pe mai departe. Cultivându-și imuabilitatea, el ridică rigiditatea inerentă tuturor nevrozelor la rangul de principiu sacru. Înclinat și chiar doritor să-și elaboreze propriul său model (*pattern*), dându-i o mai mare puritate și luminozitate, el stăruie ca nimic extrinsec să nu-i fie injectat. În toată simplitatea și inadecvarea sa, maxima lui Peer Gynt rămâne valabilă: „Fii îndeajuns ție însuți."

Viața emoțională a însinguratului nu urmează modelul strict al aceleia a celorlalte tipuri descrise. În cazul său variațiile individuale sunt mai mari, în special pentru că, spre deosebire de celelalte două, ale căror tendințe predominante sunt orientate spre scopuri pozitive — afecțiune, intimitate, iubire la unul; supraviețuire, dominație, succes la celălalt —, scopurile sale sunt negative: el *nu* dorește să fie implicat, *nu* are nevoie de nimeni, *nu* le permite celorlalți să se amestece în viața lui sau să-l influențeze. De aceea tabloul emoțional va fi dependent de dorințele particulare care s-au dezvoltat sau cărora li s-a îngăduit să existe în limitele acestui cadru negativ, și numai un număr restrâns de tendințe intrinseci izolării ca atare pot fi definite.

Există tendința principală de a suprima orice sentiment, ba chiar de a-i nega existența. Aș cita aici un pasaj dintr-un roman nepublicat al poetei Anna Maria Armi, deoarece acesta exprimă în mod succint nu numai această tendință, ci și alte atitudini tipice ale însinguratului. Personajul principal, amintindu-și de adolescența sa, spune: „Puteam să-mi reprezint o legătură fizică puternică (așa cum am avut cu tatăl meu) și o legătură spirituală puternică (cum am avut cu eroii mei), dar nu puteam înțelege unde și cum s-au născut sentimentele; sentimente pur și simplu nu există, oamenii se conduc în această privință ca și în privința multor alte lucruri. B. era îngrozită. «Dar cum îți explici tu sacrificiul?» întrebă ea. Pentru un moment am rămas uluit de adevărul din remarca ei; apoi am ajuns la concluzia că sacrificiul este și el o minciună, iar când nu este minciună este fie un act fizic, fie unul spiritual. Visam în acea vreme să trăiesc singur, să nu mă căsătoresc niciodată, să devin puternic și liniștit, fără să vorbesc prea mult, fără să cer ajutor. Doream să lucrez mai departe eu însumi, să fiu din ce în ce mai liber, să renunț la visuri, pentru a înțelege și trăi cât se poate de limpede viața. Socoteam că morala nu are nici un sens; a fi bun sau rău nu înseamnă nimic atâta timp cât ești absolut sincer. Păcatul cel mare era să cauți simpatia sau să te aștepți la ajutor. Sufletele mi se păreau temple ce trebuiau păzite, înăuntrul cărora aveau loc întotdeauna ceremonii stranii, cunoscute doar preoților lor, păzitorilor."

Respingerea afectivității ține esențialmente de sentimentele față de ceilalți oameni și se aplică atât la iubire, cât și la ură. Aceasta este consecința logică a trebuinței de a se păstra la distanță de ceilalți pe plan emoțional, deoarece iubirea sau ura puternică, trăite în mod conștient, l-ar apropia de ceilalți sau l-ar pune în conflict cu ei. Termenul lui H.S. Sullivan, mecanism de distanțare (*distance machinery*), este la locul său aici. Nu urmează în mod necesar că afectivitatea va fi suprimată în sferele relațiilor umane exterioare și că devine activă în domeniul cărților, animalelor, naturii, artei, alimentației etc. Dar există un pericol considerabil în acest sens. Pentru o persoană capabilă de emoție profundă și pătimașă poate fi cu neputință să suprime doar un sector din afectivitatea sa — cel literalmente crucial —, fără a suprima totalitatea afectivității. Este aici un raționament speculativ, dar cu siguranță că următorul este adevărat. Artiști de tipul însinguratului, care în perioadele lor creatoare au demonstrat nu numai că aveau sentimente profunde, ci le-au și dat expresie, adesea au parcurs perioade, de obicei în adolescență, fie de totală paralizie emoțională, fie de viguroasă negare a întregii afectivități, ca în pasajul de roman pe care l-am citat. Perioadele creatoare par să survină atunci când, ca urmare a unor dezastruoase tentative de relații strânse, ei fie că și-au adaptat în mod deliberat viața la izolare (atunci când, conștient sau inconștient, au decis să se țină la distanță de ceilalți), fie s-au resemnat să trăiască într-un fel de izolare. Faptul că acum, la o distanță securizantă de semeni, ei pot degaja și exprima o mulțime de sentimente, indirect conectate cu relațiile umane, permite interpretarea că negarea inițială a întregii afectivități a fost necesară realizării izolării lor.

O altă cauză pentru care suprimarea afectivității poate merge dincolo de sfera relațiilor umane a și fost arătată în discuția noastră pe marginea autonomiei (*self-sufficiency*). Orice dorință, interes sau bucurie care ar putea să-l facă pe însingurat dependent de semeni este considerată drept trădare din interior și poate fi din această cauză înfrânată. Este ca și cum fiecare situație ar fi testată cu grijă din punctul de vedere al unei posibile pierderi de libertate, înainte ca sentimentului să i se permită deplina manifestare. Orice

ameninţare a independenţei va determina din partea sa o retragere pe plan emoţional. Dar dacă găseşte o situaţie cu totul sigură, în această privinţă el se poate bucura de ea pe deplin. *Walden* al lui Thoreau[5] este o bună ilustrare a trăirii emoţionale profunde posibile în aceste condiţii. Teama ascunsă de a nu se ataşa prea mult de o plăcere sau atentatele acesteia la propria-i libertate îl vor duce indirect în pragul ascetismului. Dar este un ascetism *sui generis*, neorientat spre autonegare sau torturare de sine. Mai degrabă îl putem numi o autidisciplină care — acceptându-i premisele — nu este lipsită de înţelepciune.

De o mare importanţă pentru echilibrul psihic este existenţa unor segmente accesibile trăirilor emoţionale spontane. Aptitudinile creatoare, de exemplu, pot fi un fel de mântuire. Dacă exprimarea lor a fost inhibată şi dacă, prin psihanaliză sau datorită oricărei alte experienţe, inhibiţia a fost anihilată, efectul benefic asupra însinguratului poate fi atât de mare, încât să lase impresia unei cure miraculoase. Asemenea cure trebuie evaluate cu prudenţă. În primul rând, ar fi o greşeală generalizarea lor: ceea ce înseamnă mântuire pentru un însingurat nu va avea în mod necesar aceeaşi semnificaţie pentru alţii[6]. Şi chiar pentru tipul însingurat nu este o „cură", în sensul strict al termenului, de schimbare radicală în bazele nevrozei. Aceasta pur şi simplu îi permite un mod de viaţă mai satisfăcător, mai puţin incomod.

Cu cât mai mult sunt înfrânate emoţiile, cu atât mai probabil accentul va fi pus pe inteligenţă. Se va aştepta ca totul să poată fi rezolvat prin simpla putere a capacităţii de a raţiona, ca şi cum o simplă cunoaştere a propriilor probleme ar fi suficientă pentru vindecare. Sau ca şi cum singur raţionamentul ar putea vindeca toate tulburările lumii!

Din perspectiva a tot ceea ce am spus despre relaţiile umane ale însinguratului va fi clar că orice relaţie strânsă şi durabilă ar periclita izolarea sa şi probabil va fi dezastruoasă, cu excepţia faptului ca partenerul să fie şi el un însingurat şi, astfel, din proprie iniţiativă să respecte trebuinţa de distanţă sau să fie capabil şi dispus, din alte motive, să se adapteze la asemenea trebuinţe. Solveig care, iubindu-l cu devotament, aşteaptă cu

răbdare întoarcerea lui Peer Gynt, este partenerul ideal. Solveig nu aşteaptă nimic de la el. Nădăjduiri din partea ei l-ar fi înspăimântat la fel de tare ca şi lipsa de control asupra propriilor lui sentimente. De cele mai multe ori nu este conştient de cât de puţin dă, pe când crede că i-a acordat partenerului sentimentele sale neexprimate şi netrăite, sentimente atât de preţioase pentru dânsul. Cu condiţia ca distanţa emoţională să fie suficient de garantată, el poate fi capabil să păstreze într-o mare măsură o loialitate statornică. Poate fi capabil de relaţii efemere, relaţii în care apare şi dispare. Aceste relaţii sunt fragile şi un număr de factori poate grăbi retragerea sa.

Relaţiile sexuale pot fi pentru el, în mod sporadic, mai mult decât o punte spre ceilalţi. Îl vor bucura dacă sunt tranzitorii şi nu-i stânjenesc viaţa. Ele s-ar limita, ca să zicem aşa, la compartimentul destinat unor astfel de afaceri.

Toate particularităţile pe care le-am descris apar în procesul psihanalitic. Firește, pe însingurat psihanaliza îl irită pentru că, bineînţeles, este cel mai mare amestec posibil în viaţa sa privată. Pe de altă parte, însă, este interesat în observarea de sine şi poate fi fascinat de panorama tot mai vastă care se deschide asupra proceselor complicate care au loc în interiorul său. El poate fi intrigat de calitatea artistică a viselor sau de înclinaţia sa pentru asociaţii inadvertente. Bucuria sa la confirmarea unor presupuneri se aseamănă cu aceea a omului de ştiinţă. Apreciază tactul psihanalistului şi modul său de a reliefa câte ceva din când în când, dar detestă să fie împins sau „forţat" într-o direcţie pe care n-a prevăzut-o. Va invoca adesea pericolul sugestiei în psihanaliză, deşi în cazul său, în comparaţie cu orice alt tip, există prea puţin pericol în acest sens, el fiind pe deplin înarmat contra „influenţei". Departe de a-şi apăra poziţia în mod raţional, prin verificarea în practică a sugestiilor psihanalistului, el tinde să respingă orbeşte, deşi pe ocolite şi politicos, tot ceea ce nu se potriveşte cu propriile sale idei despre sine însuşi şi viaţa în general. Găseşte că este extrem de neplăcut ca psihanalistul să aştepte de la dânsul să se schimbe în vreun fel. Desigur, doreşte să se descotorosească de orice îl tulbură, dar lucrul acesta nu trebuie să implice o schimbare în personalitatea sa. El este aproape tot atât

de nedezmințit dispus să se observe pe cât de decis este, în mod inconștient, de a rămâne cum este. Faptul că sfidează orice influență este numai una dintre explicațiile date atitudinii sale, și nu cea mai profundă; vom lua cunoștință și de altele, mai târziu. Desigur, el pune o mare distanță între sine și psihanalist. Timp îndelungat psihanalistul nu va fi decât o voce. În vise, situația psihanalitică îi poate apărea ca o convorbire telefonică între doi reporteri de pe continente diferite. La o primă privire un astfel de vis ar părea să exprime distanța pe care el o pune între sine și psihanalist (inclusiv procesul psihanalitic), pur și simplu o prezentare exactă a atitudinii conștiente. Dar dat fiind faptul că visele sunt o încercare de soluționare mai degrabă decât o simplă descriere a sentimentelor existente, semnificația profundă a unui asemenea vis este *dorința* de a ține la distanță relația sa cu psihanalistul și întregul proces al psihanalizării, nepermițându-le să-l atingă în vreun fel.

O ultimă caracteristică, observabilă atât în procesul de analiză, cât și în afara acestuia, este energia cu care este apărată izolarea atunci când e atacată. Același lucru l-am putea spune despre orice atitudine nevrotică. Dar lupta în acest caz pare a fi mai îndârjită, aproape o luptă pe viață și pe moarte, în care sunt mobilizate toate resursele disponibile. Bătălia începe de fapt într-un mod cu totul subversiv, cu mult înainte ca izolarea să fie atacată. Menținerea psihanalistului la distanță este o fază a acesteia. Dacă psihanalistul caută să-l convingă pe pacient că există o relație între aceasta și ceea ce probabil gândește pacientul, el se confruntă cu o tăgăduire mai mult sau mai puțin elaborată, politicoasă. În cel mai bun caz pacientul va mărturisi unele judecăți rationale formulate despre psihanalist. Dacă ar apărea o reacție emoțională spontană, el nu-i vă da curs. În afară de aceasta, există frecvent o rezistență profundă față de orice referire la relațiile umane analizate. Relațiile pacientului cu ceilalți sunt exprimate atât de vag, încât adesea psihanalistul întâmpină mari dificultăți în clarificarea acestora. Iar această împotrivire este de neînțeles. Pacientul a păstrat o distanță securizantă față de ceilalți; a vorbi despre aceasta ar putea doar să-l tulbure, să-l dezorganizeze. Încercări

repetate pe această temă îi pot trezi o suspiciune fățișă. Vrea psihanalistul să-l facă pe pacient sociabil? (Pentru el lucrul acesta este de disprețuit.) Dacă, mai târziu, psihanalistul reușește să-i arate unele inconveniente clare ale izolării, pacientul se înspăimântă și devine iritabil. El se poate acum gândi să abandoneze psihanaliza. În afara acesteia, reacțiile sale sunt încă și mai violente. Indivizi de obicei calmi și rationali se pot înfuria sau pot trece realmente la insulte dacă izolarea și independența le sunt amenințate. O adevărată panică le poate fi indusă la ideea de a intra în vreo mișcare sau în vreun grup profesional unde se cere o participare reală și nu pur și simplu plătirea unei cotizații. Dacă sunt cumva implicați se pot bate orbește pentru a se degaja. Ei pot fi experți mai ales în găsirea unor metode de evadare. Dacă se pune problema alegerii între iubire și independență, ar alege fără a ezita independența. Aceasta ridică o altă problemă. Nu numai că ei sunt dispuși să-și apere izolarea prin toate mijloacele disponibile, ci găsesc că nici un sacrificiu nu este prea mare în acest scop. Se va renunța atât la avantaje exterioare, cât și la valori interioare, în mod conștient, prin înlăturarea oricărei dorințe care ar putea stânjeni independența, sau în mod inconștient, prin interdicție automată.

Orice este apărat cu atâta înverșunare trebuie să aibă o valoare subiectivă extraordinară. Putem spera să înțelegem funcțiile izolării și, în ultimă instanță, să fim utili pe plan terapeutic, numai dacă suntem conștienți de lucrul acesta. Așa cum am văzut, orice atitudine fundamentală față de semeni are în mod categoric o valoare. Prin trebuința de afecțiune (*moving toward people*), individul caută să-și creeze o relație amicală cu lumea sa. Prin agresivitate (*moving against people*) el se echipează în vederea supraviețuirii într-o societate competitivă. Fugind de oameni (*moving away from people*), el speră să atingă o anumită integritate și seninătate. De fapt toate cele trei atitudini sunt nu numai dezirabile, ci și necesare pentru dezvoltarea noastră ca ființe umane. Numai atunci când apar și operează într-un cadru nevrotic ele devin compulsive, rigide, nediscriminatorii și se

exclud reciproc. Lucrul acesta le scade în mod considerabil valoarea, dar nu o distrug.

Câştigurile ce pot fi scoase din izolare sunt realmente considerabile. Este semnificativ faptul că în toate filosofiile orientale izolarea este considerată o bază pentru dezvoltarea spirituală superioară[7]. Desigur, nu putem compara astfel de aspiraţii cu acelea ale izolării nevrotice. În Orient, izolarea este o opţiune voluntară şi optima abordare a realizării de sine, adoptată de indivizi care ar putea, dacă ar dori-o, să trăiască un mod de viaţă diferit; izolarea nevrotică, însă, nu este o problemă de opţiune, ci de compulsie interioară, singurul mod de viaţă posibil. Cu toate acestea, unele beneficii similare pot fi obţinute şi din această izolare, deşi gradul acestor beneficii depinde de gravitatea întregului proces nevrotic. În pofida forţei devastatoare a nevrozei, însinguratul poate păstra o anumită integritate. Aceasta cu greu ar fi un factor semnificativ într-o societate în care relaţiile umane ar fi în general amicale şi oneste. Dar într-o societate în care este multă ipocrizie, perversitate, invidie, cruzime şi cupiditate, integritatea unui individ nu prea puternic suferă lesne; păstrarea la distanţă o pune la adăpost. Pe de altă parte, întrucât nevroza îi răpeşte de obicei individului pacea spiritului, izolarea îi poate aduce o posibilitate de seninătate, măsura acesteia variind în funcţie de sacrificiile pe care este dispus să le facă. Izolarea îi permite, în plus, o gândire şi o simţire întrucâtva originale, cu condiţia ca în cercul său magic viaţa emoţională să nu fi fost cu totul ucisă. În sfârşit, toţi aceşti factori, împreună cu relaţia sa contemplativă cu lumea şi cu relativa absenţă de distracţie, contribuie la dezvoltarea şi exprimarea unor capacităţi creatoare, dacă le are. Nu vreau să spun că izolarea nevrotică este o condiţie prealabilă pentru creaţie, ci că, sub tensiune nevrotică, izolarea va oferi cea mai bună şansă de exprimare a ceea ce este capacitate creatoare.

Oricât de substanţiale ar fi aceste câştiguri, ele nu par a fi principalul motiv pentru care izolarea este apărată cu atâta înverşunare. În realitate apărarea este la fel de înverşunată dacă, dintr-o cauză sau alta, câştigurile sunt minime sau sunt puternic umbrite de tulburări concomitente. Această observaţie se cere

aprofundată. Dacă însinguratul este silit să aibă contacte strânse cu ceilalţi, el poate foarte repede să se degradeze sau, ca să folosim termenul popular, poate avea o epuizare nervoasă. Folosesc în mod intenţionat acest termen, întrucât corespunde unei largi serii de tulburări: deteriorări funcţionale, alcoolism, tentaţia de suicid, depresie, incapacitate de muncă, episoade psihotice. Pacientul însuşi, iar uneori şi psihiatrii, tind să raporteze tulburarea la vreun eveniment traumatizant (*upsetting event)* care a avut loc chiar înaintea „epuizării nervoase". Discriminarea injustă făcută de un ofiţer de poliţie, donjuanismul unui soţ şi minciunile sale în această privinţă, comportamentul nevrotic al unei femei măritate, un episod homosexual, nepopularitatea în colegiu etc. pot fi blamate. Este cât se poate de adevărat că orice asemenea problemă este relevantă. Terapeutul ar trebui să o ia în serios şi să caute să înţeleagă ce a fost în mod deosebit accentuat la pacient în cazul unei dificultăţi specifice. Dar a proceda în felul acesta nu este nicidecum suficient, deoarece rămâne de lămurit de ce pacientul a fost atât de puternic afectat, de ce întregul său echilibru psihic a fost periclitat de o dificultate care, în general, nu poate fi considerată mai mare decât frustrările şi belelele obişnuite. Cu alte cuvinte, chiar şi atunci când psihanalistul înţelege modul în care pacientul reacţionează la o anumită dificultate, el încă mai are de înţeles de ce există o disproporţie atât de distinctă între provocare şi efectul acesteia. Fapt este că tendinţele nevrotice implicate în izolare, ca şi alte tendinţe nevrotice, îi dau individului un sentiment al securităţii atâta timp cât ele funcţionează şi că, dimpotrivă, de îndată ce aceste tendinţe nu mai funcţionează, apare anxietatea. Atâta timp cât însinguratul se poate ţine la distanţă, el se simte relativ în siguranţă; dacă, dintr-o cauză oarecare, cercul magic este străpuns, securitatea sa este ameninţată. Aceste considerente ne fac să înţelegem mai bine de ce însinguratul intră în panică dacă nu-şi mai poate salvgarda distanţa emoţională (emotional *distance*) faţă de ceilalţi, şi am putea adăuga că motivul pentru care panica sa este atât de mare este acela că nu dispune de o tehnică de a se descurca în viaţă. El poate doar să se ţină în izolare şi să evite viaţa, cum s-ar spune. Şi de data aceasta,

calitatea negativă a izolării este aceea care dă tabloului culoarea lui specială, diferită de aceea a altor tendințe nevrotice. Ca să fim mai expliciți, să spunem că, într-o situație dificilă, însinguratul nu se poate nici calma și nici nu luptă, nu poate nici coopera și nici să-și dicteze voința, nu poate nici iubi și nici fi nemilos. El este la fel de lipsit de apărare ca animalul care are doar un singur mijloc de a face față pericolului: să fugă și să se ascundă. Analogii adecvate, apărute în asociații sau în vise: el este ca pigmenii din Ceylon, invincibili atâta timp cât se ascund în păduri, dar ușor de bătut când ies din ascunzători; este ca un oraș medieval protejat de un singur zid: dacă acesta cade, orașul stă fără apărare în fața inamicului. O astfel de situație justifică pe deplin anxietatea sa față de viață în general. Acestea ne ajută să înțelegem retragerea sa[8] ca pe o protecție atotcuprinzătoare de care el se agață cu tenacitate și pe care trebuie să o susțină cu orice preț. Toate tendințele nevrotice sunt în fond demersuri defensive, dar există și demersuri care constituie o încercare de a se confrunta cu viața într-un mod pozitiv. Când izolarea este tendință predominantă, ea îl face pe individ atât de neputincios în orice înfruntare realistă cu viața, încât cu timpul caracterul ei defensiv devine cel mai puternic.

Dar înverșunarea cu care este apărată izolarea are și o altă explicație. Amenințarea la adresa izolării, „spargerea zidului" înseamnă adesea mai mult decât o panică temporară. Ceea ce poate rezulta este un fel de dezintegrare a personalității în episoade psihotice. Dacă, în condițiile psihanalizării, izolarea începe a se măcina, pacientul nu numai că devine difuz angoasat, ci exprimă direct și indirect temeri definite. Poate fi, de exemplu, teama de a se scufunda în masa amorfă a ființelor umane, inițial teama de a-și pierde unicitatea (*fear of losing his uniqueness*). Este, de asemenea, teama de a fi expus iremediabil constrângerii și exploatării din partea unor persoane agresive, rezultat al extremei sale lipse de apărare. Dar este vorba și de o a treia teamă, aceea de a înnebuni, care poate fi atât de puternică încât pacientul să dorească o asigurare categorică împotriva unei astfel de posibilități. A înnebuni în acest context nu înseamnă o nebunie

furioasă și nici nu este vorba de o reacție la apariția unei dorințe de iresponsabilitate. Este vorba de exprimarea fățișă a fricii de scindare, adesea vizibilă în vise și asociații. Aceasta ne-ar sugera că renunțarea la izolare l-ar pune față în față cu propriile-i conflicte; ceea ce înseamnă că nu ar fi capabil să-i supraviețuiască, ci ar fi despicat ca un copac lovit de trăsnet, ca să utilizăm o imagine găsită la un pacient. Această presupunere este confirmată de alte observații. Marii însinguranți au o aversiune aproape insurmontabilă față de ideea de conflicte interioare. Mai târziu ei îi vor spune psihanalistului că pur și simplu nu știu despre ce vorbește când se referă la conflicte. Ori de câte ori psihanalistul reușește să le arate un conflict care operează în interiorul lor, ei vor ocoli subiectul pe nesimțite, cu o uimitoare abilitate inconștientă. Dacă, din inadvertență, înainte de a fi gata să o admită, recunosc momentan un conflict, sunt pur și simplu cuprinși de panică. Atunci când, mai târziu, abordează recunoașterea conflictelor de pe o bază mai sigură, urmează un mai mare val de izolare.

Ajungem, astfel, la o concluzie care, la o primă privire, ar putea să pară consternantă. Izolarea este o parte intrinsecă a conflictului fundamental, dar și un mijloc de protecție împotriva acestuia. Enigma se rezolvă de la sine, însă, dacă suntem mai expliciți. Este vorba de o protecție împotriva celor doi parteneri mai activi din conflictul fundamental. Trebuie aici să reiterăm afirmația că predominarea uneia din atitudinile fundamentale nu o împiedică pe cealaltă, contrarie, să existe și să opereze. Putem sesiza acest joc de forțe în personalitatea însinguratului chiar mai clar decât în celelalte două tipuri descrise. În biografie (*life history*), ca să începem cu acestea, se vădesc adesea aspirații contradictorii. Înainte de a-și fi acceptat în mod clar izolarea, un individ de acest tip va trece adesea prin episoade de supunere și dependență, ca și prin perioade de rebeliune agresivă și neîndurătoare. În contrast cu valorile clar definite ale celorlalte două tipuri, tabla sa de valori este cea mai contradictorie. Pe lângă permanenta sa supraevaluare a ceea ce consideră a fi libertate și independență, el poate în același timp, pe parcursul psihanalizării,

să exprime o foarte bună apreciere pentru bunătatea umană, compasiune, generozitate, autosacrificiu, iar alteori să schimbe direcția la o filosofie ca de junglă totală și de interes egoist crud. El însuși poate fi uluit de aceste contradicții, dar, prin vreo raționalizare, va căuta să nege caracterul lor conflictual. Psihanalistul însuși va fi lesne derutat dacă nu are o perspectivă clară a întregii structuri. El poate încerca să urmeze o cale sau alta, fără a ajunge prea departe într-o direcție sau alta, deoarece întotdeauna pacientul își găsește refugiu în izolarea sa, prin aceasta închizând toate porțile, așa cum ai închide pereții etanși ai unui vas.

La baza acestei „rezistențe" speciale a însinguratului stă o logică simplă și perfectă. El nu dorește să se confeseze psihanalistului sau să ia cunoștință de sine ca ființă umană. De fapt nu dorește nicidecum să-i fie analizate relațiile umane, ci să dea piept cu conflictele sale. Dacă îi înțelegem premisa, ajungem la concluzia că nu poate fi interesat în analiza vreunuia dintre acești factori. Premisa sa este convingerea conștientă că nu are a-și bate capul asupra relațiilor sale cu ceilalți atâta timp cât se ține la o distanță securizantă față de ei; că o perturbare în aceste relații nu-l va afecta decât dacă se ține departe de ceilalți; că până și conflictele despre care îi vorbește psihanalistul pot și trebuie lăsate să doarmă, deoarece nu i-ar aduce decât bătaie de cap; că nu este deloc nevoie să aplaneze lucrurile, deoarece el nu se va urni în nici un fel din izolarea sa. Așa cum am spus, acest raționament este corect din punct de vedere logic, însă numai până la un punct. Ceea ce el ignoră și refuză multă vreme să recunoască este faptul că nu există posibilitatea dezvoltării într-un vacuum.

Funcția cea mai importantă a izolării nevrotice este aceea de a menține inactive conflictele majore. Este cea mai radicală și mai eficientă dintre apărările construite împotriva acestora. Una dintre multiplele căi nevrotice de creare a unei armonii artificiale este încercarea de soluționare prin fugă. Dar aceasta nu este o soluție reală, deoarece aspirațiile pentru claustrare, ca și pentru dominare agresivă, exploatare și excelare rămân, iar ele stingheresc, dacă nu cumva paralizează soluționarea conflictelor. În concluzie, nici un

fel de pace interioară sau libertate interioară nu poate fi realizată atâta timp cât continuă să existe table de valori contradictorii.

NOTE

[1] Morți reanimați prin practici magice și care — potrivit credinței locuitorilor din unele insule ale Mării Caraibilor — devin sclavii voinței celui care i-a înviat. (Nota trad.)

[2] *„living habits"*, în textul original. (Nota trad.)

[3] *„blindly"*, în textul original. (Nota trad.)

[4] Teamă morbidă de spații închise, de camere mici, de lift etc. (Nota trad.)

[5] Henry David Thoreau (1817–1862), scriitor american. În anii 1845–1947 și-a ridicat o colibă pe malul lacului Walden, unde a trăit în singurătate, citind și scriindu-și jurnalul. Emerson, care l-a găzduit câțiva ani în casa sa, cunoscându-l îndeaproape, a scris despre Thoreau: „În raporturile noastre, prietenii mei și cu mine suntem reci ca peștii. Ar fi totuna să-l apuc de braț pe Thoreau sau să apuc o cracă de ulm." Însingurarea sa era aceea a unui mizantrop: „oriunde te-ai duce — notează el în *Walden* — oamenii au să te urmărească și au să te atingă cu instituțiile lor murdare și, dacă pot, au să te silească să intri în desperata lor societate". (Nota trad.)

[6] Cf. Daniel Schneider, „The Motion of the Neurotic Pattern; Its Distorsion of Creative Mastery and Sexual Power", Paper read before the Academy of Medecine, May 26, 1943.

[7] A se vedea în această privință Christmas Humphreys, *Concentrare și meditație. Manual de dezvoltare a spiritului*, traducere și note de dr. Leonard Gavriliu, Editura Univers Enciclopedic, București, 1998. (Nota trad.)

[8] *„his remoteness"*, în textul original. (Nota trad.)

Capitolul 6

IMAGINEA IDEALIZATĂ

Discuția noastră cu privire la atitudinile fundamentale ale nevroticului față de semeni ne-a familiarizat cu două modalități majore prin care el caută să-și rezolve conflictele sau, mai precis, caută să dispună de ele. Una dintre acestea constă în reprimarea unor aspecte ale personalității și în aducerea în prim-plan a opuselor acestora; cealaltă constă în a pune o asemenea distanță între sine și semeni, încât conflictele să devină neoperaționale. Amândouă aceste procese induc un sentiment de unitate care îi permite individului să funcționeze, fie și cu un preț considerabil pentru dânsul[1].

O altă încercare, pe care o vom descrie aici, este crearea unei imagini a ceea ce nevroticul crede el însuși că este sau a ceea ce, în același timp, simte că poate fi sau că trebuie să fie. Conștientă sau inconștientă, imaginea este întotdeauna, într-o mare măsură, departe de realitate, deși influența pe care o exercită asupra vieții individului este foarte reală. Mai mult, ea are întotdeauna un caracter măgulitor, cum o ilustrează o caricatură din ziarul *New Yorker*, în care o corpolentă femeie de vârstă mijlocie se vede în oglindă a fi o tânără fată zveltă. Trăsăturile particulare ale imaginii variază și sunt determinate de structura personalității: pe primul plan pot fi puse frumusețea, puterea, inteligența, geniul, sfințenia, onestitatea etc. Tocmai în măsura în care imaginea este nerealistă, ea tinde să incite aroganța individului, în sensul original al

termenului; căci aroganța, deși considerată sinonim al îngâmfării, înseamnă a-ți aroga calități pe care nu le ai, ori pe care le ai în mod virtual, însă nu realmente. Cu cât imaginea este mai nerealistă, cu atât ea face ca individul să fie mai vulnerabil și mai avid de afirmare exterioară și de recunoaștere din partea celorlalți. Nu avem nevoie de confirmarea calităților de care suntem siguri, dar vom fi extrem de susceptibili dacă cele false sunt puse în discuție.

Putem observa imaginea idealizată, în toată stridența ei, în ideile de grandoare ale unor psihotici, dar, în principiu, caracteristicile ei sunt aceleași la nevrotici. Ea este aici mai puțin fantastică, dar poate să pară la fel de reală. Dacă privim gradul de îndepărtare de realitate drept criteriu al deosebirii dintre psihoze și nevroze, putem considera imaginea idealizată drept un segment de psihoză țesut în pânza nevrozei.

Prin întreaga sa esență imaginea idealizată este un fenomen inconștient. Deși automărirea sa (*his self-inflation*) poate fi cât se poate de evidentă chiar și pentru un observator neexperimentat, nevroticul nu este conștient de faptul că se idealizează. Și nici nu-și dă seama ce bizar conglomerat de caracteristici însumează idealizarea. Poate avea o vagă idee despre înalta sa autoexigență, dar, interpretând greșit asemenea exigențe perfecționiste drept idealuri autentice, el nu pune în nici un fel problema validității lor și de fapt este mai degrabă mândru de ele.

Modul în care creația sa afectează atitudinea față de sine variază de la individ la individ și depinde în mare măsură de centrul de interes (*focus of interest*). Dacă interesul nevroticului este să se convingă pe sine că *este* însăși imaginea sa idealizată, el își dezvoltă credința că este realmente un spirit superior, o ființă umană perfectă, ale cărei greșeli sunt și ele divine[2]. Dacă accentul este pus pe Eul realist care, în comparație cu imaginea idealizată, este vrednic de tot disprețul, critica autodepreciatoare se situează în prim-plan. Deoarece tabloul Eului rezultat dintr-o asemenea defăimare este la fel de departe de realitate ca și imaginea idealizată i-am putea da numele de imagine disprețuită (*despised image*). Dacă, în sfârșit, accentul este pus pe discrepanța dintre imaginea idealizată și Eul real, atunci tot ce putem observa la el,

fapt de care el însuși este conștient, sunt încercările sale neîncetate de a lichida această discrepanță, străduindu-se să atingă perfecțiunea. În acest caz el reiterează uluitor de frecvent sintagma „ar fi trebuit". Ne face capul calendar cu ceea ce ar fi trebuit să simtă, să gândească, să facă. În fond el este tot atât de convins de inerenta lui perfecțiune ca și individul în mod naiv „narcisic" și trădează lucrul acesta prin credința că realmente ar fi putut fi perfect dacă ar fi fost mai sever cu sine, mai controlat, mai precaut, mai circumspect.

Spre deosebire de idealurile autentice, imaginea idealizată este statică. Nu este un scop la a cărui realizare trudește, ci o idee fixă pe care o venerează. Idealurile sunt dinamice și generează stimulente în direcția atingerii lor; ele sunt o indispensabilă și inestimabilă forță de creștere și dezvoltare. Imaginea idealizată este un obstacol indiscutabil în calea dezvoltării, întrucât fie neagă neajunsurile, fie pur și simplu le condamnă. Idealurile adevărate îndeamnă la modestie, iar imaginea idealizată la aroganță.

Acest fenomen — oricât de definit — a avut nevoie de mult timp spre a fi recunoscut. Referiri la el găsim în scrierile filosofice din toate timpurile. Freud l-a introdus în teoria nevrozei, numindu-l printr-o diversitate de termeni: Eu ideal, narcisism, Supraeu. El constituie teza centrală a psihologiei lui Adler, fiind descris ca aspirație la superioritate. Ne-ar cere prea multă ostenceală ca să punctăm în detaliu deosebirile și asemănările dintre aceste concepte și acela elaborat de mine[3]. Pe scurt, toate acestea se ocupă doar de un aspect sau altul al imaginii idealizate și nu izbutesc să vadă fenomenul ca întreg. De aceea, în pofida comentariului pertinent și a argumentației la fel de pertinente pe care le găsim nu numai la Freud și Adler, ci și la mulți alți autori — între care Franz Alexander, Paul Federn, Bernard Glueck și Ernest Jones —, semnificația deplină a fenomenului și funcțiile sale încă nu au fost identificate. Care sunt, la urma urmelor, funcțiile sale? După câte s-ar părea, răspunde unor necesități vitale. Indiferent de modul în care diferiți autori îl abordează pe plan teoretic, ei sunt cu toții de acord asupra faptului că el constituie un bastion al nevrozei, greu de zdruncinat sau chiar de slăbit. Freud, de exemplu, considera

atitudinea „narcisică" adânc înrădăcinată drept unul dintre cele mai serioase obstacole în calea terapiei.

Ca să începem cu ceea ce este, poate, cea mai elementară funcție a sa, imaginea idealizată este substitutul încrederii în sine și al mândriei realiste. Un nevrotic are puține șanse de a-și construi o încredere în sine inițială, din cauza experiențelor zdrobitoare la care a fost supus. Încrederea în sine pe care o poate avea este slăbită în cursul dezvoltării sale nevrotice, deoarece tocmai condițiile indispensabile încrederii în sine sunt expuse la distrugere. Este greu de descris pe scurt aceste condiții. Factorii cei mai importanți sunt însuflețirea și disponibilitatea energiilor emoționale, dezvoltarea unor țeluri autentice proprii și capacitatea de a fi un instrument activ în propria viață. Dacă, însă, se dezvoltă o nevroză, tocmai acești factori sunt pasibili de vătămare. Tendințele nevrotice deteriorează încrederea în sine, deoarece în acest caz individul este condus, în loc să fie el conducătorul. Mai mult, capacitatea nevroticului de a-și determina propriile acțiuni este în permanență slăbită de dependența sa de semeni, orice formă ar lua aceasta: răzvrătirea oarbă, aspirația oarbă de a excela și trebuința oarbă de a se ține departe de ceilalți sunt, toate, forme de dependență. Pe de altă parte, prin inhibarea marilor sectoare de energie emoțională, el se pune cu totul în afara acțiunii. Toți acești factori îi fac aproape imposibilă dezvoltarea propriilor țeluri. *Last but not least*, conflictul fundamental îl divizează în propria-i casă. Lipsit astfel de o temelie solidă, nevroticul se vede obligat să-și dilate sentimentul propriei importanțe și puteri. Iată de ce credința în propria omnipotență este o componentă certă a imaginii idealizate.

O a doua funcție este strâns legată de prima. Nevroticul nu se simte slab într-un vacuum, ci în lumea populată de dușmani gata să-l înșele, să-l umilească, să-l înrobească și să-l doboare. De aceea trebuie în permanență să se măsoare și să se compare cu ceilalți, nu din cauza vanității sau capriciului, ci dintr-o crudă necesitate. Și deoarece, în sinea sa, se simte slab și demn de dispreț — așa cum vom vedea mai departe —, el trebuie să caute ceva care să-l facă să se simtă mai bun, mai valoros decât ceilalți.

Fie că aceasta ia forma sentimentului de a fi mai neprihănit sau mai fără milă, mai iubitor sau mai cinic, el trebuie, în sinea sa, să se simtă în vreun fel superior, indiferent care este impulsia specială de a excela. Asemenea trebuință conține în cea mai mare parte elemente ale dorinței de a triumfa asupra celorlalți, deoarece, indiferent de structura nevrozei, există o permanentă vulnerabilitate și o dispoziție de a se simți privit de sus și umilit. Trebuința de triumf vindicativ, ca un antidot al sentimentului de a fi umilit, poate fi pusă în aplicare sau poate exista mai ales în mintea nevroticului; ea poate fi conștientă sau inconștientă, dar este una dintre forțele impulsionale în trebuința nevrotică de superioritate, dându-i acesteia coloratura sa specială[4]. Spiritul competițional al acestei civilizații nu este doar favorabil întreținerii nevrozelor în general, prin perturbarea relațiilor umane create, ci și prin alimentarea în mod specific a acestei trebuințe de superioritate.

Am văzut cum se substituie imaginea idealizată încrederii în sine reale și mândriei. Dar există și o altă modalitate prin care aceasta servește drept surogat. Deoarece idealurile nevroticului sunt contradictorii, ele nu pot în nici un chip avea vreo putere constrângătoare; rămânând obscure și nedefinite, ele nu-l pot călăuzi. De aceea, dacă strădania sa de a-și fi idol autocreat nu ar da un oarecare sens vieții sale, el s-ar simți total lipsit de scop. Lucrul acesta devine deosebit de evident în cursul psihanalizării, când subminarea imaginii sale idealizate îi dă vremelnic senzația de a fi cu totul pierdut. Numai în cazul în care își recunoaște confuzia în materie de idealuri, faptul începe să-l frapeze ca indezirabil. Mai înainte, întregul subiect era dincolo de înțelegerea și interesul său; acum, pentru prima oară, el înțelege că idealurile au o anumită semnificație și dorește să descopere care dintre idealurile sale sunt reale. Acest fel de experiență este o dovadă, aș spune, că imaginea idealizată se substituie idealurilor autentice. O înțelegere a acestei funcții are importanță pentru terapie. Într-o perioadă de debut, psihanalistul îi poate atrage atenția pacientului asupra contradicțiilor din tabla sa de valori, dar nu se poate aștepta

la vreun interes constructiv în această privință și de aceea nu poate fi eficient până când imaginea idealizată nu devine dispensabilă.

În mai mare măsură decât oricare alta, o funcție specială a imaginii idealizate poate fi făcută responsabilă de rigiditatea acesteia. Dacă în oglinda noastră privată ne vedem ca modele de virtute sau de inteligență, până și cele mai stridente defecte și handicapuri ale noastre vor dispărea sau vor dobândi o coloratură atractivă, exact așa cum într-o pictură de geniu o ruină de zid urât nu mai este o ruină de zid urât, ci o frumoasă compoziție de culoare, în nuanțe de cafeniu, cenușiu și roșcat.

Putem ajunge la o mai profundă înțelegere a acestei funcții defensive, dacă ne punem simpla întrebare: Ce consideră un individ a fi erorile și neajunsurile sale? Este una dintre acele întrebări care, la o primă privire, pare să nu conducă nicăieri, deoarece începem să ne gândim la o infinitate de posibilități. Cu toate acestea, există un răspuns cât se poate de concret. Ceea ce un individ consideră a fi erorile și neajunsurile sale depinde de ceea ce el acceptă sau respinge la el însuși. Tipul docil, de exemplu, nu-și privește temerile și neputința ca pe un viciu, pe când tipul agresiv ar privi asemenea sentimente ca rușinoase și de ascuns față de sine însuși și de ceilalți. Tipul docil își înregistrează actele de ostilitate ca pe un păcat, pe când tipul agresiv își privește blândețea ca pe o slăbiciune demnă de dispreț. Mai mult, fiecare tip este împins să respingă orice este de fapt simplă pretenție din partea Eului său mai acceptabil. Tipul docil, de exemplu, trebuie să respingă faptul că nu este un individ în mod sincer iubitor și generos; însinguratul nu dorește să vadă că izolarea sa nu este o problemă de liberă alegere și că trebuie să se țină departe pentru că nu este în stare să-i înfrunte pe ceilalți etc. Ambii, de regulă, resping tendințele sadice (a se vedea capitolul 12). Concluzia ar fi că tot ceea ce este considerat neajuns și este respins nu se potrivește în tabloul coerent creat de atitudinea predominantă față de semeni. Și am putea spune că funcția defensivă a imaginii idealizate este aceea de a nega existența conflictelor; tocmai de aceea este necesar să rămână atât de staționară. Înainte de a fi înțeles lucrul acesta, adesea mă miram de ce îi este atât de imposibil părintelui să accepte că el

este ceva mai puțin important, ceva mai puțin superior. Acum răspunsul este clar. El nu poate ceda o iotă, deoarece recunoașterea unui anumit neajuns l-ar confrunta cu conflictele sale, ceea ce ar periclita armonia artificială pe care a stabilit-o. În consecință, putem ajunge la o corelație pozitivă între intensitatea conflictelor și rigiditatea imaginii idealizate: o imagine în mod special elaborată și rigidă ne permite să deducem în mod special conflicte dezbinătoare (*disruptive conflicts*).

Mai presus de cele patru funcții deja arătate, imaginea idealizată are și o a cincea funcție, la fel de legată de conflictul fundamental. Imaginea aceasta are o utilitate mai pozitivă decât aceea de simplu camuflaj al părților inacceptabile ale conflictului. Ea reprezintă un fel de creație artistică în care contrariile apar reconciliate sau în care, în orice caz, ele nu mai apar în stare de conflict pentru individul însuși. Câteva exemple ne vor arăta cum se petrec lucrurile. Ca să evităm lungi expuneri, pur și simplu voi numi conflictele și voi arăta cum apar ele în imaginea idealizată.

Aspectul predominant al conflictului lui X era docilitatea: o mare trebuință de afecțiune și aprobare, trebuința de a fi atent, simpatic, generos, curtenitor, iubitor. Al doilea aspect era izolarea, cu obișnuita aversiune față de reuniunea în grupuri, cu accentul pus pe independență, teama de relații, sensibilitate la coercițiune. Izolarea era mereu în divergență cu trebuința de intimitate umană și provoca repetate tulburări în relațiile sale cu femeile. Impulsiile agresive, de asemenea, erau absolut evidente, manifestându-se în pornirea sa de a fi cel dintâi în orice situație, în dominarea indirectă a celorlalți, în exploatarea lor ocazională și în intoleranța față de orice amestec. Firește, aceste tendințe au redus considerabil capacitatea sa de a iubi și de a lega prietenii, după cum erau în divergență și cu izolarea sa. Neavând cunoștință de aceste impulsii, și-a fabricat o imagine idealizată care era mixtura a trei personaje. Era marele amant și prieten, fiind de necrezut ca vreo femeie să-și fi dorit un alt bărbat; nimeni nu era atât de cumsecade și de bun ca dânsul. Era cel mai mare lider al timpului său, un geniu politic venerat. În sfârșit, era marele filosof, omul

înțelept, unul dintre cei puțini dăruiți cu profunda intuiție a sensului vieții și a zădărniciei ei finale.

Imaginea nu este cu totul fantastică. El are ample potențialități în toate direcțiile. Dar potențialitățile au fost ridicate la nivelul de fapt împlinit, de mare și unică realizare. Mai mult, natura compulsivă a impulsiilor a fost estompată și înlocuită de credința în calități și talente înnăscute. În locul trebuinței nevrotice de afecțiune și aprobare s-a pus o presupusă capacitate de a iubi; în locul impulsiei de a excela (*drive to excel*), presupuse înzestrări superioare; în locul trebuinței de izolare, independența și înțelepciunea. În final — lucrul cel mai important —, conflictele au fost exorcizate în modul următor: impulsiile care, în viața reală, interferau și îl împiedicau să-și realizeze vreuna dintre potențialități, au fost promovate în imperiul perfecțiunii abstracte, apărând ca multiple aspecte compatibile ale unei personalități complexe; iar cele trei aspecte ale conflictului fundamental, care le reprezintă, au fost izolate în cele trei personaje care compun imaginea sa idealizată.

Un alt exemplu reliefează mai clar importanța izolării elementelor conflictuale[5]. În cazul lui Y tendința predominantă era izolarea, într-o formă oarecum extremă, cu toate implicațiile descrise în capitolul precedent. Tendința sa de a se conforma era și ea pe deplin vizibilă, deși Y o ținea departe de conștiință, din cauza prea marii incompatibilități cu dorința sa de independență. Aspirațiile de a fi extrem de bun spărgeau uneori violent crusta refulării. Tânjirea după intimitatea umană era conștientă și intra mereu în divergență cu izolarea sa. Numai în imaginație putea fi de o agresivitate necruțătoare: se complăcea în fantazări pe tema distrugerii în masă, dorind absolut sincer să ucidă pe toți cei care îi stânjeneau viața; profesa credința în filosofia junglei, evanghelia puterii care face dreptul, cu nemiloasa urmărire a interesului egoist, ca singur mod de viață inteligent și neipocrit. În viața sa reală, totuși, era mai degrabă timid; explozii de violență aveau loc numai în anumite condiții.

Imaginea sa idealizată era o combinație excentrică. În cea mai mare parte a timpului era un pustnic care trăia pe un vârf de

munte, stăpân pe marea înțelepciune și seninătate. Din când în când se transforma într-un vârcolac, total lipsit de sentimente umane și însetat de sânge. Și ca și cum aceste două personaje nu erau destul de incompatibile, el mai era și amantul și prietenul ideal.

Vedem aici aceeași negare a tendințelor nevrotice, aceeași automărire, aceeași confundare a potențialităților cu realitățile. În acest caz, însă, nu a fost făcută nici o tentativă de reconciliere a conflictelor; contradicțiile rămân. Dar — în contrast cu viața reală — ele apar pure și nediluate. Deoarece sunt izolate, nu interferează una cu alta. Iar aceasta pare să fie ceea ce contează. Conflictele ca atare au dispărut.

Un ultim exemplu, al unei imagini idealizate mai unificate. În comportamentul real al lui Z. predominau în mod vădit tendințele agresive, asociate cu tendințe sadice. Era dominator și înclinat să exploateze. Îmboldit de o ambiție devoratoare, se năpustea fără milă înainte. Era capabil de planuri, de organizare, de luptă și a aderat în mod conștient la o filosofie a junglei în toată puterea cuvântului. Era, de asemenea, extrem de retras; dar întrucât impulsiile sale agresive (*aggressive drives*) îl făceau să pătrundă în grupuri de oameni, nu-și putea păstra singurătatea. S-a ferit, totuși, să fie implicat în vreo relație personală și nici nu s-a bucurat de ceva la care oamenii erau esențialmente contribuabili. În aceasta el reușea destul de bine, deoarece simțămintele pozitive pentru ceilalți erau în mare măsură refulate; dorințele de intimitate umană erau în principal canalizate în sexualitate. Era totuși prezentă o tendință distinctă de a se conforma, precum și trebuința de aprobare, care interfera cu nesațul său de putere. Existau și norme puritane subiacente, utilizate în primul rând pentru biciuirea celorlalți — dar pe care, desigur, nu se putea abține să le aplice și la el însuși — și care se băteau cap în cap cu a sa filosofie a junglei.

În imaginea sa idealizată era cavalerul în armură strălucitoare, cruciatul cu viziune largă și nedezmințită, mereu în căutarea dreptății. În calitate de conducător înțelept, nu era atașat personal de nimeni, ci distribuia o aspră, dar justă pedeapsă. Era onest, nu ipocrit. Femeile îl iubeau și ar fi putut fi un amant sublim, dar nu

a avut de-a face cu nici una. Ca și în celelalte exemple, scopul atins este același: amalgamarea elementelor conflictului fundamental.

Imaginea idealizată este, astfel, o încercare de rezolvare a conflictului fundamental, o încercare cel puțin la fel de importantă ca și celelalte pe care le-am descris. Ea are enorma valoare subiectivă de a servi de liant, asigurând unitatea unui individ divizat. Deși ea există doar în spiritul individului, exercită o influență decisivă asupra relațiilor cu ceilalți.

Imaginea idealizată (*idealized image*) ar putea fi numită Eu fictiv sau iluzoriu, dar ar însemna să vedem numai o jumătate de adevăr, așadar un adevăr înșelător. Gândirea pătimașă care operează la crearea ei este desigur frapantă, în special pentru că are loc la indivizi care, altminteri, stau pe solul ferm al realității, ceea ce nu o face total fictivă. Este o creație imaginară întreținută și determinată de factori cât se poate de realiști. De obicei conține urme ale idealurilor autentice ale individului. În timp ce realizările grandioase sunt iluzorii, potențialitățile subiacente sunt adesea reale. Fapt încă și mai relevant, ea este generată de necesități interioare reale, îndeplinește funcții absolut reale și are o influență cu totul reală asupra creatorului ei. Procesele care operează la crearea ei sunt determinate de legi atât de precise, încât o cunoaștere a trăsăturilor ei specifice ne permite să facem deducții exacte cu privire la adevărata structură a caracterului unei anumite persoane.

Dar, indiferent de câtă fantezie este țesută în imaginea idealizată, pentru nevroticul însuși ea are valoare de realitate. Cu cât mai consistentă este ea, cu atât mai mult individul *este* imaginea sa idealizată, în timp ce Eul său real este în mod proporțional eclipsat. Această răsturnare a tabloului existent este obligatorie, dată fiind însăși natura funcțiilor pe care le îndeplinește imaginea. Fiecare din ele țintește la ștergerea personalității reale și la îndreptarea reflectorului asupra imaginii idealizate. Examinând retrospectiv biografia multor pacienți, suntem determinați să credem că stabilirea acesteia a fost adesea literalmente salvatoare, de unde rezistența pe deplin justificată sau cel puțin logică a

pacientului atunci când imaginea este atacată. Atâta timp cât imaginea sa rămâne reală pentru el și este intactă, se poate simți important, superior și armonios, în pofida naturii iluzorii a acestor sentimente. El se poate considera îndreptățit să formuleze tot felul de cerințe și revendicări, pe baza pretinsei sale superiorități. Dar dacă permite ca aceasta să fie subminată, el este imediat amenințat de perspectiva confruntării cu toate slăbiciunile sale, fără nici un drept la revendicări speciale, o figură relativ neglijabilă sau chiar demnă de disprețuit în propriii săi ochi. Ba, lucru încă și mai înspăimântător, el este confruntat cu conflictele sale și cu groaznica teamă de a fi sfâșiat în bucăți. Că aceasta îi poate da șansa de a deveni o ființă umană mult mai bună, valorând mai mult decât întreaga glorie a imaginii sale idealizate, este o predică pe care el o ascultă, dar care de multă vreme nu înseamnă nimic pentru dânsul. Este un salt în întunericul care îl îngrozește.

Având în vedere valoarea ei subiectivă, poziția imaginii idealizate ar fi invulnerabilă dacă nu ar avea uriașe neajunsuri, definitorii pentru ea. Întregul edificiu este extrem de șubred din cauza elementelor fictive implicate. Tezaur plin de dinamită, ea îl face pe individ extrem de vulnerabil. Orice critică venită din afară, orice conștientizare a unui insucces văzut prin prisma imaginii idealizate, orice intuiție reală privind forțele care operează în interiorul său o poate face să explodeze, să se prefacă în praf și pulbere. El trebuie să-și restrângă viața, de teama de a nu fi expusă unor asemenea pericole. Se vede silit să evite situațiile în care nu ar fi admirat sau acceptat, sarcinile de care nu este sigur că le stăpânește. Ba chiar poate dezvolta o puternică aversiune față de orice efort. Pentru el, marele dăruit, simpla viziune a unei picturi pe care ar putea-o picta îl și face maestru. Orice om mediocru poate realiza ceva prin muncă pe brânci; pentru el, a i se aplica aceeași măsură ca fiecărui Tom, Dick sau Harry ar fi să se admită că nu este spirit superior, fiind în felul acesta umilit. Deoarece nimic nu poate fi realizat fără muncă, prin atitudinea sa el respinge înseși scopurile la care năzuiește. Iar breșa dintre imaginea sa idealizată și Eul său real se lărgește.

El este dependent de confirmarea permanentă din partea celorlalți, sub formă de aprobare, admirație, lingușire, fără ca vreuna dintre acestea să-i dea totuși mai mult decât o vremelnică reasigurare. Poate urî în mod inconștient pe oricine se arată trufaș sau care, arătându-i-se superior într-un fel oarecare — mai agresiv, mai echilibrat, mai bine informat — amenință să-i submineze propriile sale opinii despre sine. Cu cât mai disperat se agață de credința că este imaginea sa idealizată, cu atât mai sălbatică îi este ura. Sau, în cazul în care propria-i aroganță este refulată, poate admira orbește pe cei care sunt pe față convinși de importanța lor și o arată printr-un comportament arogant. Iubește în ei propria-i imagine și în mod inevitabil ajunge să fie crunt decepționat când își dă seama, cum i se întâmplă uneori, că zeii atât de admirați nu sunt interesați decât de ei înșiși și că, în ceea ce-l privește, îl bagă în seamă numai dacă îi tămâiază.

Probabil că răul cel mai mare este înstrăinarea de sine care decurge de aici. Nu putem suprima sau elimina părți esențiale din noi fără a ne înstrăina de noi înșine. Este una din acele transformări progresive produse de procesele nevrotice și care, în pofida naturii lor esențiale, survin pe neobservate. Individul pur și simplu devine uituc cu privire la ceea ce simte, iubește, respinge, crede realmente, pe scurt, cu privire la ceea ce este el în realitate. Fără a o ști, el poate trăi viața imaginii sale. Personajul Tommy, din romanul *Tommy and Grizel* de J.M. Barrie[6], clarifică acest proces mai bine decât orice descriere clinică. Desigur, nu este posibil să te comporți în felul acesta fără a fi prins în pânza de păianjen a amăgirii și raționalizării inconștiente, care face existența atât de precară. Individul își pierde interesul față de viață, întrucât nu el este cel care o trăiește; el nu poate lua decizii, pentru că de fapt nu știe ce dorește; dacă apar dificultăți, poate fi dominat de o senzație de irealitate, expresie a condiției sale permanente de a fi ireal lui însuși[7]. Spre a ne explica o asemenea stare este necesar să înțelegem faptul că un văl de irealitate înfășoară lumea interioară, extinzându-se în afară. Un pacient a rezumat recent întreaga situație, spunând: „Dacă nu ar sta în locul realității, ar fi cât se poate de bine."

În concluzie, deși imaginea idealizată este creată spre a suprima conflictul fundamental și, într-o anumită măsură, reușește să o facă, ea generează în același timp o nouă fisură în personalitate, aproape la fel de periculoasă ca și cea inițială. Ca să spunem lucrurilor pe nume, un individ își construiește o imagine idealizată despre sine deoarece nu se poate tolera pe sine așa cum este în realitate. Imaginea, după câte s-ar părea, contracarează această calamitate; dar, așezându-se pe sine pe un piedestal, își poate tolera încă și mai puțin Eul real și începe să tune și să fulgere împotriva acestuia, să-l disprețuiască și să-l facă să geamă sub jugul propriilor sale exigențe irealizabile. El oscilează apoi între autoadorație și autodispreț, între imaginea sa idealizată și imaginea de sine disprețuită, fără a dispune de nici un fel de hinterland statornic în care să se poată retrage.

În felul acesta apare un nou conflict între aspirații compulsive contradictorii, pe de o parte, și un fel de dictatură internă impusă de tulburarea interioară, pe de altă parte. Iar individul reacționează la această dictatură internă exact așa cum ar reacționa la o dictatură politică: se poate identifica cu ea, adică să simtă că este atât de minunat și de ideal pe cât îi spune dictatorul că este; poate sta în vârful picioarelor, încercând să fie la înălțimea exigențelor acesteia; sau se poate revolta contra constrângerii, refuzând să recunoască obligațiile impuse. Dacă optează pentru primul mod de reacție, ne lasă impresia unui individ „narcisic", inaccesibil criticii; fisura existentă nu este în mod conștient simțită ca atare. În cazul celui de al doilea mod de reacție avem de-a face cu un individ perfecționist, de tipul Supraeului descris de Freud. În cel de al treilea caz, individul pare a nu fi răspunzător față de nimeni și de nimic; el tinde să devină excentric, iresponsabil și negativist. Am vorbit dinadins de impresii și aparențe, întrucât, oricare ar fi reacția sa, el continuă să fie esențialmente agitat. Chiar și tipul rebel, care de obicei crede că este „liber", acționează în virtutea constrângerii standardelor pe care el caută să le doboare; totuși faptul că încă se mai află în ghearele imaginii sale idealizate poate apărea în utilizarea acelor standarde ca un bici contra celorlalți[8]. Uneori un individ trece prin perioade de alternare între o extremă

și alta. Poate, de exemplu, să încerce un timp să fie supraomenește de „bun" și, găsind inconfortabilă această ipostază, să pivoteze la polul opus al răzvrătirii violente contra unor asemenea standarde. Sau poate schimba direcția de la o evident nemărginită autoadorare la perfecționism. Cel mai adesea găsim o combinare a acestor atitudini diferite. Oricum — fapt explicabil în lumina teoriei noastre —, nici o tentativă nu este satisfăcătoare; toate sunt sortite eșecului; trebuie să le privim ca pe niște eforturi disperate de a o scoate la capăt într-o situație de nesuportat; ca în orice situație de nesuportat, sunt încercate mijloace dintre cele mai variate: dacă unul eșuează, se recurge la altul.

Toate aceste efecte se combină spre a forma o puternică barieră împotriva dezvoltării autentice. Individul nu poate învăța din greșelile sale deoarece nu le poate vedea. În pofida afirmațiilor sale contrarii, el pierde de fapt din vedere interesul propriei dezvoltări. Ceea ce are el în minte atunci când vorbește de dezvoltare este o idee inconștientă privind crearea unei imagini idealizate mai perfecte, una în care să nu mai existe neajunsuri.

Sarcina terapiei este, așadar, să-l facă pe pacient conștient de imaginea sa idealizată, în toate detaliile acesteia, să-l ajute în înțelegerea treptată a tuturor funcțiilor și valorilor subiective ale imaginii și să-i arate suferința pe care în mod inevitabil i-o impune. Individul va începe să se întrebe dacă prețul nu este prea mare. El poate abandona imaginea idealizată numai dacă trebuințele care au creat-o scad considerabil.

NOTE

[1] Herman Nunberg s-a ocupat de această problemă a aspirației către unitate în articolul „Die Synthetische Funktion des Ich", *Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse*, 1930.

[2] Cf. Anne Parrish, „All Kneeling", *The Second Woollcott Reader*, Garden City Publishing Co., 1939.

[3] A se vedea examinarea critică a conceptelor de narcisism, Supraeu și culpabilitate la Freud, în Karen Horney, *New Ways in Psychoanalysis*,

W.W. Norton, 1938; a se vedea și Erich Fromm, „Selfishness and Self-Love", *Psychiatry*, 1939.

[4] Cf. capitolul 12, *Tendințe sadice*.

[5] În această ilustrare clasică a dedublării personalității, care este *Dr. Jekyll and Mr. Hyde* de Robert Louis Stevenson, principala idee este axată pe posibilitatea existenței separate a unor elemente conflictuale în om. După ce recunoaște cât de radicală este schisma dintre bine și rău în el însuși, dr. Jekyll spune: „Încă din copilărie... am învățat să stărui cu plăcere, ca asupra unei reverii îndrăgite, asupra ideii separării acestor elemente. Îmi spuneam că dacă fiecare ar putea fi instalat în identități separate viața ar fi despovărată de tot ceea ce este insuportabil."

[6] James Barrie (1860–1937), scriitor scoțian, autor de romane și de piese de teatru, care a debutat mai întâi ca ziarist. Despre romanul său *Tommy and Grizel* (1900) s-a spus că este opera unui fin observator al vieții interioare, o confesiune a unui suflet divizat, prea sincer ca să nu vadă adevărul, prea îndrăgostit de visuri ca să nu-și hrănească cu ele iluziile (a se vedea D. Mackail, *Intimate Life Story of J. M. Barrie*, 1939). (Nota trad.)

[7] Revelații interesante în această direcție, deși diferite, ne poate provoca lectura scrierii de substanță autobiografică a prozatorului botoșănean M. Blecher (1909–1938), intitulată *Întâmplări în irealitatea imediată* (1935). (Nota trad.)

[8] Cf. capitolul 12, *Tendințe sadice*.

Capitolul 7

EXTERIORIZAREA CONFLICTELOR

Am văzut cum toate subterfugiile la care recurge nevroticul spre a astupa breșa dintre Eul său real și imaginea sa idealizată nu fac în cele din urmă decât s-o lărgească. Dar întrucât imaginea are o valoare subiectivă extraordinară, el trebuie să încerce necontenit să cadă la învoială cu ea. Modalitățile sunt multiple. Multe dintre ele vor fi discutate în capitolul următor. Aici ne vom mărgini să examinăm una mai puțin cunoscută decât restul, a cărei influență asupra structurii nevrozei este deosebit de incisivă.

Numind *exteriorizare* această tentativă, am în vedere tendința de a trăi procesele interioare ca și cum ele ar avea loc în afara cuiva și, de regulă, prezentarea acestor factori externi în așa fel, încât să pară responsabili de dificultățile individului. Ea are în comun cu idealizarea scopul de a se desprinde de Eul real. Dar pe când procesul de retușare și de remodelare a personalității reale rămâne, ca să zicem așa, în incinta Eului, exteriorizarea înseamnă abandonarea cu totul a teritoriului Eului. Ca să ne exprimăm mai simplu, să spunem că un individ își poate găsi refugiu din fața conflictului său fundamental în imaginea sa idealizată, dar atunci când discrepanțele dintre Eul real și cel idealizat ating un punct în care tensiunile devin insuportabile, el nu mai poate recurge la nimic din interiorul său. Singurul lucru care i-a mai rămas este să alerge cu totul afară din sine însuși și să privească totul ca și cum s-ar petrece în afară.

Unele dintre fenomenele de acest fel sunt definite sub termenul de proiecție, ceea ce înseamnă obiectivarea unor dificultăți personale[1]. Într-o accepțiune obișnuită, proiecție înseamnă deplasarea la altcineva a unor tendințe sau însușiri blamabile, cum ar fi propriile tendințe de trădare, ambiție, dominație, fariseism, resemnare etc. Exteriorizarea, însă, este un fenomen mai cuprinzător; deplasarea de responsabilitate este numai o parte din aceasta. Nu numai defectele cuiva sunt trăite în ceilalți, ci, într-o măsură mai mare sau mai mică, toate sentimentele. Un individ care tinde să-și exteriorizeze viața psihică poate fi profund tulburat de opresiunea țărilor mici, în timp ce pare a nu avea știre de cât de oprimat se simte în el însuși. Se poate ca el să nu-și simtă propria-i disperare, dar să o trăiască puternic emoțional în ceilalți. Ceea ce este deosebit de important în legătură cu aceasta e faptul că el nu are știință de propriile-i atitudini față de sine; va simți, bunăoară, că cineva este supărat pe dânsul, când, în realitate, el însuși este supărat pe sine. Pe de altă parte, va pune pe seama unor factori exteriori nu numai tulburările sale, ci și buna dispoziție sau realizările. În timp ce eșecurile sale vor fi privite ca decret al destinului, succesele vor fi puse pe seama unor împrejurări fericite, buna sa dispoziție pe seama vremii etc.

Când un individ simte că viața sa, în bine sau în rău, este determinată de ceilalți, nu poate fi decât logic ca el să fie preocupat să-i transforme, să-i reformeze, să-i pedepsească, să se protejeze pe sine de amestecul lor sau să-i impresioneze. În felul acesta, exteriorizarea se asociază cu dependența de ceilalți, dar o dependență cu totul diferită de aceea creată de trebuința nevrotică de afecțiune. Se asociază, de asemenea, cu hiperdependența de circumstanțele exterioare. Faptul că individul trăiește în oraș sau în suburbie, respectă cutare sau cutare dietă, adoarme devreme sau târziu, funcționează în cutare sau cutare comitet etc. capătă o importanță excesivă. El dobândește astfel caracteristicile a ceea ce Jung numește extraversiune. Dar în timp ce Jung privește extraversiunea ca pe o dezvoltare unilaterală a unor tendințe date în plan constituțional, eu o privesc ca pe rezultatul încercării de a îndepărta prin exteriorizare conflictele nerezolvate.

Un alt produs inevitabil al exteriorizării este o senzație chinuitoare de vid și de lipsă de adâncime. Această senzație nu este nici ea localizată cum se cuvine. În loc de a simți vidul emoțional ca atare, individul îl trăiește ca pe un gol în stomac și caută să-l înlăture printr-o alimentație compulsivă. Sau îi poate fi teamă că lipsa de greutate corporală ar putea face să fie zburat ca un fulg: orice vijelie, simte el, l-ar putea lua pe sus. Poate chiar să spună că nu ar fi decât o scoică goală, dacă s-ar analiza bine lucrurile. Cu cât mai radicală este exteriorizarea, cu atât mai mult nevroticul devine fantomatic și predispus pur și simplu să plutească.

Atât despre implicațiile acestui proces. Să vedem acum în ce mod, specific, duce exteriorizarea la atenuarea tensiunii dintre Eu și imaginea idealizată. Căci, indiferent de modul în care individul se privește pe sine în planul conștiinței, disparitatea dintre Eu și imaginea idealizată va fi vămuită în planul inconștientului; cu cât mai mult se avansează în identificarea cu imaginea, cu atât mai profund inconștientă va fi reacția. De obicei lucrul acesta își găsește expresia în autodispreț, furie împotriva Eului propriu și senzația de constrângere, toate acestea fiind nu numai extrem de dureroase, ci atacând, în diverse moduri, capacitatea individului de a trăi.

Exteriorizarea autodisprețului (externalization of self-contempt) poate lua fie forma disprețuirii celorlalți, fie a sentimentului că ceilalți îl privesc cu dispreț, de sus. De obicei sunt prezente ambele forme; care este cea care predomină sau care este mai conștientă, aceasta depinde de întreaga organizare a structurii de caracter a nevroticului. Cu cât mai agresiv este individul, cu atât mai corect și mai superior se simte el, cu atât mai dispus va fi să-i disprețuiască pe ceilalți și cu atât mai puțin va fi dispus să creadă că ceilalți l-ar putea privi de sus. Dimpotrivă, cu cât mai docil este individul, cu atât mai puternic vor fi autorecriminările, căci eșecul său de a se măsura cu imaginea idealizată tinde să-l facă să simtă că ceilalți nu au nici o nevoie de el. Efectul acestui din urmă sentiment este extrem de dăunător, făcându-l pe individ fricos, circumspect, pretențios, retras, hiperrecunoscător — de fapt dezgustător de recunoscător — pentru orice afecțiune și

apreciere ce i se arată. În același timp, nu poate accepta nici prietenia sinceră la adevărata ei valoare, ci o consideră ca pe o nemeritată milă. Se arată lipsit de apărare în fața indivizilor aroganți, deoarece o parte din el le corespunde, simțind că ființa sa tratată cu dispreț nu are de ce se plânge. Firește, asemenea reacții îi stârnesc indignarea, iar dacă aceasta este refulată și acumulată poate capătă forță explozivă.

Autodisprețul trăit într-o formă exteriorizată are o valoare subiectivă bine definită. A se simți total autodisprețuit distruge orice falsă încredere în sine a nevroticului și îl duce în pragul prăbușirii. Este destul de dureros să fii disprețuit de ceilalți, dar există întotdeauna speranța de a fi capabil să le schimbi atitudinea, o perspectivă de a le plăti cu aceeași monedă sau ideea că ei sunt nedrepți. Când, însă, te disprețuiești tu însuți, toate acestea sunt zadarnice. În acest caz nu există curte de apel. Toată disperarea pe care nevroticul o simte în mod inconștient față de sine este clar reliefată. El începe a-și dispreții nu numai slăbiciunile reale, ci se simte în întregul său demn de dispreț. Astfel, chiar și calitățile sale pozitive sunt târâte în abisul sentimentului său de nevrednicie (*sense of un worthiness*). Cu alte cuvinte, el s-ar simți a fi el însuși imaginea sa disprețuită; ar vedea în aceasta un fapt invariabil, din care nu există ieșire. În legătură cu acest aspect, este recomandabil în terapeutică să nu se abordeze problema autodisprețului până când nu este diminuată disperarea pacientului și până când puterea imaginii idealizate nu este considerabil slăbită. Numai după aceea pacientul va fi capabil s-o înfrunte și va înțelege că nevrednicia sa nu este un fapt obiectiv, ci un sentiment subiectiv provenit din standardele sale neîndurătoare. Adoptând o atitudine mai îngăduitoare față de sine va înțelege că situația nu este de neschimbat, că atributele pe care el le obiectivează astfel nu sunt realmente vrednice de dispreț, ci sunt dificultăți pe care în cele din urmă le poate învinge.

Nu vom înțelege *furia față de sine* (*rage at himself*) a nevroticului sau dimensiunile pe care aceasta le presupune dacă nu ne vom aminti cât de importantă este pentru el menținerea iluziei că

el este imaginea sa idealizată. Faptul că este nu numai dezolat de incapacitatea sa de a se măsura cu aceasta, dar și pur și simplu înfuriat pe sine se datorează sentimentului de omnipotență, care este un atribut invariabil al imaginii. Indiferent cât de insurmontabili au fost sorții împotriva lui în copilărie, el, omnipotentul, ar fi trebuit să fie capabil să-i învingă. Chiar dacă, în plan intelectual, înțelege cât de mari sunt încurcăturile sale nevrotice, el simte totuși o furie de nestăpânit la ideea că a fost incapabil să le risipească. Furia aceasta atinge culmea atunci când este confruntat cu impulsiile aflate în conflict și înțelege cât de neputincios este să atingă țeluri contradictorii. Aceasta este una din cauzele pentru care neașteptata recunoaștere a unui conflict îl poate arunca într-o stare de panică acută.

Furia față de sine este exteriorizată în trei moduri principale. Acolo unde manifestarea ostilității nu este inhibată, furia este lesne exteriorizată. Ea este în acest caz îndreptată împotriva celorlalți și apare fie ca iritabilitate în general, fie ca mânie bine determinată care vizează defectele celorlalți, pe care individul le detestă la el însuși. Un exemplu ilustrativ ne va clarifica. O pacientă se arată nemulțumită de lipsa de hotărâre a soțului ei. I-am sugerat că ea nu făcea decât să ne arate cât de fără milă își condamnă propria nehotărâre. La aceasta a avut pe loc un acces de furie turbată, cu impulsul de a se sfâșia în bucăți. Faptul că în imaginea ei idealizată se considera un model de fermitate[2] făcea imposibilă tolerarea vreunei slăbiciuni. Fapt destul de caracteristic, această reacție, în pofida naturii sale atât de dramatice, a fost complet uitată la convorbirea următoare. Își recunoscuse exteriorizarea, dar nu era încă pregătită să o abandoneze.

Al doilea mod de exteriorizare a furiei ia forma fricii permanente, fie conștientă, fie nu, ca nu cumva defectele intolerabile pentru el însuși să-i înfurie pe ceilalți. Un individ poate fi atât de convins că un anumit comportament din parte-i va isca o profundă ostilitate încât poate fi sincer surprins dacă reacția de ostilitate nu are loc. O pacientă, de exemplu, a cărei imagine idealizată conținea elemente ale dorinței de a fi tot atât de bună ca preotul din *Les Misérables* de Victor Hugo constata cu nespusă uimire că

ori de câte ori adopta o poziție fermă sau chiar își exprima furia le era mai dragă oamenilor decât atunci când se comporta ca o sfântă. După cum putem vedea din acest fel de imagine idealizată, tendința predominantă a pacientei era docilitatea. Provenită inițial din trebuința ei de izolare față de ceilalți, tendința era în mare măsură întărită de faptul că se aștepta la răspunsuri ostile. Creșterea docilității este de fapt una din consecințele majore ale acestei forme de exteriorizare și ilustrează modul în care tendințele nevrotice se amplifică una pe alta, într-un cerc vicios. Docilitatea compulsivă crește pentru că imaginea idealizată, conținând în configurația sa elemente de sfințenie, îl conduce pe individ la o mai mare autoeclipsare (*self-effacement*). Impulsurile ostile rezultate provoacă în acest caz furia față de sine, iar exteriorizarea furiei, conducând la o mai mare frică de ceilalți, întărește la rându-i docilitatea.

Al treilea mod de exteriorizare a furiei este focalizarea asupra unor tulburări somatice. Furia împotriva propriului Eu, atunci când nu este trăită ca atare, generează în mod evident tensiuni fizice de o mare gravitate, care pot să se manifeste sub formă de maladii intestinale, dureri de cap, oboseală etc. Este edificator faptul că toate aceste simptome dispar fulgerător de îndată ce furia ca atare este conștientizată. Putem sta la îndoială dacă să numim aceste manifestări fizice exteriorizare sau să le privim ca pe niște simple consecințe fiziologice ale furiei reprimate. Cu greu putem însă separa manifestările de utilizarea pe care le-o dau pacienții. De regulă ei sunt mai mult decât dornici să atribuie tulburările lor psihice unor indispoziții somatice, pentru ca pe acestea din urmă să le atribuie vreunei cauze externe. Nu-i nimic în neregulă la ei din punct de vedere psihic, ei sunt interesați s-o dovedească, ci suferă doar de tulburări intestinale din cauza dietei proaste, sau de oboseală din cauza muncii excesive, sau de reumatism din cauza umezelii etc.

Cât privește importanța exteriorizării pentru nevrotic, putem spune același lucru ca și despre autodispreț. Dar mai întâi o considerație suplimentară. Urmările la care ajung asemenea

pacienți nu vor fi pe deplin înțelese dacă nu conștientizăm pericolul real legat de aceste impulsii autodistructive. Pacienta citată în primul exemplu a avut doar un impuls de moment de a se sfâșia în bucăți, dar psihoticii pot merge realmente până la capăt, automutilându-se[3]. Probabil că sinuciderile ar fi mult mai numeroase dacă nu ar exista exteriorizarea. Este de înțeles de ce Freud, conștient de puterea impulsurilor autodistructive, a postulat instinctul de autodistrugere (instinctul morții), deși prin acest concept el a barat calea către o reală înțelegere a fenomenului și, deci, către o terapie eficientă.

Intensitatea *senzației de constrângere interioară (feeling of inner coercion)* depinde de măsura în care personalitatea este blocată de controlul autoritar al imaginii idealizate. Cu greu am putea supraestima această presiune. Ea este mai rea decât orice constrângere din exterior, aceasta din urmă permițând manifestarea unei libertăți interioare. La marea majoritate a pacienților această senzație este inconștientă, dar se poate dimensiona puterea ei prin ușurarea pe care o simt când ea este îndepărtată și prin dimensiunea libertății interioare dobândite. Constrângerea poate fi exteriorizată, pe de o parte, prin presiunea impusă celorlalți. Aceasta poate avea același efect exterior ca și nesatul nevrotic de putere, dar, deși ambele pot fi prezente, ele diferă prin faptul că acea constrângere care reprezintă exteriorizarea presiunii interne nu este inițial o trebuință de obedientă personală. Ea constă îndeosebi în impunerea pentru ceilalți a acelorași standarde ca acelea care îl înfurie pe individul însuși și în aceeași desconsiderare privind fericirea lor. Psihologia puritană este un exemplu cunoscut pentru acest proces.

La fel de importantă este exteriorizarea acestei compulsii interioare sub forma hipersensibilității față de orice fapt din lumea exterioară care seamănă, oricât de puțin, cu silnicia. După cum orice persoană cu spirit de observație știe, o astfel de hipersensibilitate este obișnuită. Ea nu provine în întregime din constrângerea autoimpusă. De obicei avem aici un element al trăirii de către individ a impulsiei către putere în ceilalți și resimțirea acestui lucru ca neplăcut. La personalitățile însingurate avem în

vedere în primul rând accentul compulsiv pus pe independență, ceea ce i-ar face în mod necesar pe indivizii respectivi sensibili la orice presiune venită din afară. Exteriorizarea unei constrângeri autoimpuse inconștiente este o sursă mai ascunsă și care cel mai adesea este neglijată în psihanaliză. Lucrul acesta este cu totul regretabil, deoarece adesea constituie un curent subteran care influențează relația pacient–psihanalist. Se poate ca pacientul să stăruie în a invalida orice sugestie făcută de psihanalist, chiar după ce cele mai evidente surse ale sensibilității sale în această privință au fost analizate. Bătălia subversivă este declanșată în acest caz cu atât mai mult cu cât psihanalistul dorește realmente să determine schimbări la pacient. Afirmația onestă că el dorește pur și simplu să-l ajute pe pacient îl reabilitează, iar resursele interioare ale vieții sale sunt de puțin folos. Ar putea el, pacientul, să nu sucombe la vreo influență exercitată în mod inadvertent? Fapt este că, întrucât nu cunoaște ce este el „în realitate", nu poate fi cu nici un chip selectiv în ceea ce acceptă sau respinge și nici o precauție din partea psihanalistului în a se abține de a-i impune vreo convingere personală nu va însemna mare lucru. Și întrucât nici el nu știe că se canonește sub o constrângere interioară care îl așază într-un anumit tipar, nu poate decât să se răzvrătească orbește împotriva oricărei intenții din exterior de a fi transformat. Este de prisos să spunem că această bătălie inutilă are loc nu numai în situația psihanalitică, ci, cu mai mare sau mai mică intensitate, în orice relație intimă. Psihanaliza acestui proces interior este aceea care, în cele din urmă, va răpune fantoma.

În situațiile complicate, cu cât individul tinde mai mult să se conformeze cerințelor exacte ale imaginii sale idealizate, cu atât mai mult va exterioriza el această docilitate. El va fi doritor să fie la înălțimea a ceea ce psihanalistul — sau oricare altul — așteaptă de la sine sau își imaginează că așteaptă. El poate să pară docil și chiar credul, dar în același timp va acumula în sinea sa resentimente față de această „constrângere". Rezultatul poate fi acela ca el să înțeleagă că toată lumea are un rol dominator, iar resentimentul său să fie universal.

Ce avantaj are un individ exteriorizând constrângerea sa interioară? Atâta vreme cât crede că aceasta vine din afară el se

poate răzvrăti împotriva ei, fie și numai pe calea unei rezerve pe plan spiritual. În mod similar, o restricție impusă din exterior poate fi evitată; poate fi menținută o iluzie de libertate. Dar mult mai important este factorul citat mai sus: a admite constrângerea interioară ar însemna să admită că el nu este imaginea sa idealizată, cu toate consecințele ce se impun.

O problemă interesantă este aceea de a ști dacă și în ce măsură tensiunea acestei compulsii interioare este și ea exprimată în simptome somatice. Impresia mea este că reprezintă un factor care are contribuția sa în astm, hipertensiune arterială și constipație, dar experiența mea în acest domeniu este limitată.

Ne rămâne să discutăm exteriorizarea diferitelor trăsături aflate în contrast cu imaginea idealizată. Aceasta, în general, este afectată de simpla proiecție, adică de trăirea ei în ceilalți sau de credința că ceilalți sunt responsabili de existența ei. Cele două procese nu se asociază în mod necesar. În exemplele care urmează se poate să repetăm unele lucruri pe care le-am mai spus în această privință, precum și altele îndeosebi cunoscute, dar ilustrările ne vor ajuta să înțelegem mai profund semnificația proiecției.

Un pacient alcoolic, A., se plângea de lipsă de considerație din partea amantei sale. Pe cât puteam înțelege, plângerea nu era justificată sau, în orice caz, nu în măsura în care susținea A. El însuși suferea de un conflict, absolut evident chiar și pentru un profan[4], fiind pe de o parte docil, bun la suflet și generos, iar, pe de altă parte, despotic, pretențios și arogant. Avem, deci, de-a face cu o proiecție de tendințe agresive. Dar de ce era necesară proiecția? În imaginea sa idealizată, tendințele agresive erau pur și simplu un ingredient natural al unei personalități energice. Cea mai marcantă trăsătură era însă bunătatea: de la Sf. Francisc încoace n-a fost nimeni mai bun decât el, și niciodată n-a existat un prieten atât de ideal. Era proiecția unui cadou făcut imaginii sale idealizate? Cu siguranță! Dar aceasta îi permitea de asemenea să-și întrețină tendințele agresive, fără a le conștientiza și a fi astfel confruntat cu conflictele sale. Individul era prins într-o dilemă de nerezolvat. El nu-și putea abandona tendințele agresive, dată fiind natura lor compulsivă. Și nici nu-și putea abandona

imaginea idealizată, care făcea una cu el. Proiecția era o ieșire din dilemă. Ea reprezenta astfel o *duplicitate inconștientă*: îi dădea posibilitatea să-și exprime toate pretențiile arogante și să fie în același timp prietenul ideal.

Pacientul își suspecta deci femeia de infidelitate. Nu exista nici o dovadă în această privință, ea fiindu-i devotată mai degrabă într-un mod matern. Fapt este că el însuși avusese o legătură amoroasă pasageră, pe care o ținea în secret. Ne-am putea gândi în acest caz la o frică punitivă, generată de judecarea altora prin prisma propriilor fapte. Desigur, era implicată trebuința de autojustificare. Luarea în considerare a unei posibile proiecții a unor tendințe homosexuale nu ajută la clarificarea situației. Cheia este atitudinea sa specială față de propria-i infidelitate. Aventurile sale amoroase nu erau uitate, dar în retrospectivă ele nu erau consemnate. Nu mai erau o trăire vie. Pretinsa infidelitate a femeii, pe de altă parte, era cu totul vie. Funcția sa era aceeași ca în exemplul precedent: îi permitea să-și mențină imaginea idealizată și să facă, de asemenea, ce îi plăcea.

Tertipurile puterii, așa cum apar ele în jocurile dintre grupurile politice și profesionale, pot servi drept un alt exemplu. Frecvent asemenea intrigi sunt motivate de intenția conștientă de a-l slăbi pe rival și de a-ți întări propria poziție. Dar ele pot rezulta și dintr-o dilemă inconștientă similară celei prezentate mai sus. În acest caz ar fi expresia unei duplicități inconștiente. Aceasta i-ar permite cuiva orice intrigă și manipulare presupusă de asemenea atacuri, fără a-și discredita imaginea idealizată, oferindu-i-se totodată o excelentă posibilitate de a-și vărsa pe un altul furia și disprețul față de sine.

Voi încheia atrăgând atenția asupra unei modalități obișnuite prin care responsabilitatea poate fi deplasată la alții, fără a-i investi cu propriile dificultăți. Mulți pacienți, de îndată ce devin conștienți de unele dintre problemele lor, fac imediat un salt în copilărie și scot de aici toate explicațiile de care au nevoie. Sunt sensibili la constrângere — spun ei —, pentru că au avut o mamă autoritară; se simt umiliți din te miri ce pentru că, în copilărie, au suferit umilințe; sunt răzbunători din cauza nedreptăților îndurate

de mici copii; sunt singuratici întrucât nimeni nu i-a înțeles; sunt inhibați pe plan sexual din cauza educației puritane etc. etc. Nu mă refer aici la convorbirile în care atât psihanalistul cât și pacientul sunt cu seriozitate angajați în înțelegerea influențelor timpurii, ci la acel zel excesiv de a explora copilăria care nu conduce decât la o repetiție fără sfârșit și care este acompaniată de o mare lipsă de interes față de exploatarea forțelor care operează în pacient azi.

În măsura în care această atitudine se întemeiază pe accentul deosebit pus de către Freud pe aspectul genetic al fenomenelor, fie-ne permis să examinăm cu atenție cât adevăr și câtă eroare găsim în acest punct de vedere. Este adevărat că dezvoltarea nevrotică a pacientului începe în copilărie și că toate datele legate de aceasta sunt relevante pentru înțelegerea modului ei specific de dezvoltare. Este adevărat, de asemenea, că nu pacientul este responsabil de nevroza sa. Impactul circumstanțelor a fost de așa natură, încât nu se putea dezvolta altfel decât a făcut-o. Din motive pe care urmează să le discutăm, analistul trebuie să clarifice la maximum acest aspect.

Eroarea constă în lipsa de interes a pacientului față de toate forțele create în el în timpul copilăriei sale. Acestea, însă, sunt forțele care operează în el în prezent și care determină dificultățile actuale. Faptul că a văzut atâta ipocrizie în jurul său, pe când era copil, este posibil să fi contribuit, de exemplu, la adoptarea de către el a unei atitudini cinice. Dar dacă el relaționează cinismul său doar la experiența din copilărie, ignoră trebuința sa prezentă de a fi cinic, o trebuință care își are obârșia în ființa sa divizată între idealuri divergente și care, astfel, trebuie să arunce peste bord toate valorile, în încercarea de a rezolva acel conflict. De altfel, el tinde să-și asume responsabilitatea când nu trebuie și refuză să și-o asume când ar trebui să o facă. Face referiri la experiențe din copilărie spre a se reasigura pe el însuși că realmente nu putuse evita anumite metehne, iar în același timp simte că trebuie să fi ieșit din acele nenorociri din copilărie nevătămat — un crin alb care răsare neîntinat dintr-o mocirlă. În această privință, imaginea sa idealizată este întrucâtva de vină, întrucât nu-i permite să se accepte pe el însuși cu fisuri sau cu

conflicte, trecute sau prezente. Dar, lucru și mai important, insistența asupra copilăriei este un mod special de evadare a Eului, care îi permite să întrețină iluzia zelului întru autoscrutare. Din cauză că le exteriorizează, nu are senzația unor forțe care operează înăuntrul său; și nu se poate concepe pe sine ca pe un instrument activ în propria sa viață. Încetând să mai fie forța motrice, el se vede pe sine ca pe o bilă care, o dată ce a fost împinsă la vale este silită să se rostogolească, sau ca pe un cobai care, o dată condiționat, este determinat pentru totdeauna.

Accentul unilateral pus de pacient pe copilărie este o expresie atât de definită a tendințelor sale de exteriorizare încât, ori de câte ori întâlnesc această atitudine, mă aștept să descopăr o persoană total înstrăinată de sine și care continuă să fie supusă acestei impulsii centrifuge. Încă nu am greșit făcând această previziune.

Tendința de exteriorizare operează și în vise. Dacă psihanalistul îi apare pacientului în vis ca temnicer, dacă soțul închide cu zgomot ușile prin care pacienta visează că vrea să treacă, dacă au loc accidente sau intervin obstacole în calea spre o destinație mult dorită, aceste vise constituie o încercare de negare a conflictului interior și de atribuire a acestuia vreunui factor extern.

Un pacient care are tendința generală de a-și exterioriza conflictele ridică dificultăți deosebite în fața psihanalistului. Vine la acesta ca la dentist, așteptând să facă o treabă care în realitate nu-l privește pe pacient. El este interesat de nevroza soției sale, a prietenului, a fratelui, dar nu de a sa. Vorbește despre împrejurările grele în care trăiește și se opune analizării contribuției sale la acestea. Dacă soția sa nu ar fi atât de nevrotică sau dacă munca sa nu ar fi atât de tracasantă, pe el nu l-ar durea capul. De foarte multă vreme nu are nici o idee despre forțele emoționale care operează în interiorul său; se teme de strigoi, de spărgători, de taifunuri, de persoane răzbunătoare din anturajul său, dar niciodată de el însuși. Este interesat de problemele sale, în cazul cel mai bun pentru plăcerea intelectuală sau artistică pe care i-o produc. Dar atâta timp cât el este, ca să zicem așa, nonexistent în plan psihic (*psychically nonexistent*), nu poate nicidecum folosi

vreo intuiție din care să aibă de câștigat viața sa reală și de aceea, în pofida sporului de cunoaștere cu privire la sine, nu se poate câtuși de puțin schimba.

Exteriorizarea este, așadar, esențialmente un proces activ de autoeliminare. Posibilitatea sa este dată de înstrăinarea de Eu care, în orice caz, este inerentă procesului nevrotic. O dată ce Eul este eliminat, este cât se poate de natural ca și conflictele interioare să fie îndepărtate din conștiință. Dar, făcând ca individul să fie mai cârcotaș, mai vindicativ și mai temător față de ceilalți, exteriorizarea substituie conflictelor interioare niște conflicte în exterior. Ca să fim mai expliciți, ea agravează enorm conflictul care a pus inițial în mișcare întregul proces nevrotic: conflictul dintre individ și lumea exterioară.

NOTE

[1] Această definiție a fost sugerată de Edward A. Strecker și de Kenneth E. Appel, *Dicovering Ourselves*, Macmillan, 1943.

[2] „*tower of strength*", în textul original (Nota trad.)

[3] Multe exemple de acest fel pot fi găsite în Karl Menninger, *Man against Himself*, Harcourt, Brace, 1938. Menninger, însă, abordează subiectul dintr-un unghi de vedere total diferit prin aceea că — pe urmele lui Freud — afirmă existența unui instinct autodistructiv.

[4] „*to an ontsider*", în textul original. (Nota trad.)

CAPITOLUL 8

DEMERSURI AUXILIARE ÎNTRU INSTALAREA UNEI ARMONII ARTIFICIALE

Este un truism afirmația că o minciună atrage de obicei după ea o altă minciună, care atrage după ea o a treia, spre a o susține, și așa mai departe, până când ești prins într-o plasă din care nu mai poți ieși. Ceva de felul acesta se întâmplă neapărat în orice situație din viața unui individ sau grup la care hotărârea de a merge la esența problemei lipsește. Cârpăceala poate fi întrucâtva de ajutor, dar ea va genera noi probleme care, la rândul lor, cer un nou expedient. Așa stau lucrurile cu tentativele nevrotice de rezolvare a conflictului fundamental; iar aici, ca oriunde, nimic nu este de un real folos în afara schimbării radicale a condițiilor în care apare dificultatea primă. Ceea ce nevroticul face, în schimb — și nu se poate să nu facă —, este să îngrămădească una peste alta pseudosoluții. El poate încerca, cum am văzut, să contracareze conflictul predominant, rămânând la fel de divizat. Poate recurge la măsura drastică a detașării sale totale de ceilalți, dar, în acest caz, deși conflictul este blocat, întreaga sa viață este pusă pe o bază precară. El își creează un Eu idealizat în care apare triumfător și întărit, dar în același timp provoacă o nouă fisură. Încearcă atunci să înlăture acea fisură prin eliminarea Eului său interior de pe câmpul de luptă, regăsindu-se într-o situație și mai primejdioasă.

Un echilibru atât de instabil pretinde noi măsuri de consolidare. Nevroticul se orientează deci spre unul din numeroasele procedee inconștiente, în a căror clasificare intră așa-zisele „pete

oarbe" (*blind spots*), compartimentarea, raționalizarea, autocontrolul excesiv, corectitudinea arbitrară, evazivitatea și cinismul. Nu vom încerca să discutăm aceste fenomene *per se* — ceea ce ar fi o sarcină peste puteri —, ci vom arăta doar cum sunt ele utilizate în legătură cu conflictele.

Discrepanța dintre comportamentul real al nevroticului și imaginea sa idealizată poate fi atât de flagrantă, încât ne putem mira cum de el însuși nu o poate vedea. Departe de aceasta, nevroticul este capabil să ignore o contradicție care îi sare în ochi[1]. Această *pată oarbă* pe ecranul celor mai evidente contradicții a fost unul din primele lucruri care mi-au atras atenția asupra existenței și relevanței conflictelor pe care le-am descris. Un pacient, de exemplu, care avea toate caracteristicile tipului docil și care se socotea asemenea lui Christos, mi-a spus cu totul accidental că, la reuniunile personalului, adesea își „împușca" unul după altul colegii, cu un mic pocnet din degete. Perfect adevărat, impulsul distructiv care îi inspira acele omoruri imaginare era în acel timp inconștient; dar problema care se pune aici este aceea că „împușcătura", pe care el o califica drept „joc", nu-i perturba câtuși de puțin imaginea christică (*his Christlike image*).

Un alt pacient, un om de știință care se credea devotat în mod serios muncii sale și care se considera inovator în domeniul său, era călăuzit în opțiunile sale privind publicarea rezultatelor de motive pur oportuniste, oferind revistelor doar articole despre care bănuia că i-ar aduce cea mai mare aprobare. Nu făcea nici o încercare de escamotare, pur și simplu se complăcea în aceeași binecuvântată ignorare a contradicției implicate. La fel, un bărbat care, pe planul imaginii sale idealizate, era însăși personificarea bunătății și sincerității, nu ezita să ia bani de la o fată ca să-i cheltuiască cu alta.

Este evident că în fiecare dintre aceste cazuri funcția orbirii este să țină departe de conștiință conflictele subiacente. Ceea ce este surprinzător este măsura în care lucrul acesta este posibil, cu atât mai mult cu cât pacienții respectivi nu erau doar inteligenți, ci și informați din punct de vedere psihologic. A spune că noi toți tindem să întoarcem spatele la ceea ce nu vrem să vedem este,

desigur, o explicație insuficientă. Ar trebui să adăugăm faptul că gradul în care ascundem lucrurile depinde de cât de mare este interesul nostru în această privință. În esență, o asemenea orbire artificială demonstrează în modul cel mai simplu cât de mare este aversiunea noastră în a recunoaște conflictele. Dar problema reală este cum putem manevra în așa fel, încât contradicții atât de bătătoare la ochi, ca acelea citate, să poată fi trecute cu vederea. Fapt este că există condiții speciale fără de care lucrul acesta ar fi realmente imposibil. Una dintre ele este o excesivă paralizare față de experiența noastră emoțională[2]. Alta, deja subliniată de Strecker[3], este fenomenul trăirii în *compartimente (living in compartments)*. Strecker care, de asemenea, ne oferă ilustrări ale petelor oarbe, vorbește de compartimente logic etanșeizate și de segregație. Există o secțiune pentru prieteni și o alta pentru dușmani, una pentru familie și alta pentru cei din afara familiei, una pentru viața profesională și alta pentru cea personală, una pentru egalii pe plan social și alta pentru cei inferiori. În consecință, ceea ce se întâmplă într-un compartiment nu i se pare nevroticului că intră în contradicție cu ceea ce se întâmplă în altul. Este posibil ca un individ să trăiască în modul acesta numai atunci când, din cauza conflictelor sale, el și-a pierdut simțul unității. Compartimentarea este, astfel, atât rezultatul faptului de a fi divizat de conflicte, cât și al împotrivirii la recunoașterea acestora. Procesul nu este diferit de acela descris în cazul unei anumite categorii de imagine idealizată: contradicțiile rămân, dar conflictele se fac nevăzute. Este greu de spus dacă acest tip de imagine idealizată este responsabil de compartimentare sau de altă modalitate similară. Pare totuși probabil faptul că trăirea în compartimente este realmente fundamentală și că ar explica felul imaginii create.

Spre a aprecia valoarea acestui fenomen sunt de luat în considerare factorii culturali. Omul a devenit în atât de mare măsură pur și simplu o rotiță într-un sistem social complex, încât înstrăinarea de sine este aproape universală, iar valorile umane însele au decăzut. Ca urmare a nenumăratelor contradicții nesoluționate din civilizația noastră, s-a dezvoltat o paralizare generală a percepției morale. Standardele morale sunt atât de incerte, încât nimeni nu e surprins, de exemplu, să vadă că o persoană pioasă,

bun creștin sau tată devotat până mai ieri, se comportă azi ca un gangster[4]. Există în jurul nostru prea puțini oameni sinceri și integri care să contrasteze cu propria noastră dezbinare. În situația psihanalitică, desconsiderarea de către Freud a valorilor morale — consecință a tratării de către el a psihologiei ca pe o știință naturală — a avut partea sa de contribuție în a-l face pe psihanalist la fel de orb ca pacientul în fața unor contradicții de felul acesta. Psihanalistul consideră că este „neștiințific" să aibă propriile sale valori morale sau să manifeste vreun interes față de acelea ale pacientului. La drept vorbind, acceptarea contradicțiilor apare în multe formulări teoretice a nu fi în mod necesar limitată la sfera morală.

Rationalizarea poate fi definită drept autoamăgire prin raționament. Ideea comună că aceasta este utilizată în primul rând ca justificare sau ca punere de acord a motivelor și acțiunilor cuiva cu ideologii acceptate este validă doar până la un punct; s-ar impune ca persoanele care trăiesc în aceeași civilizație să raționalizeze după același tipar, pe când în realitate există o mare deosebire de la individ la individ în privința a ceea ce este raționalizat, precum și în privința metodelor folosite. Este firesc să fie așa, dacă privim rationalizarea ca pe o cale de sprijinire a tentativelor nevrotice de a crea o armonie artificială. În fiecare din elementele eșafodajului defensiv construit în jurul conflictului fundamental putem vedea la lucru acest proces. Atitudinea predominantă este întărită de raționament, factorii care ar învedera conflictul fiind fie minimalizați, fie remodelați, în așa fel încât să se adapteze acestuia. Modul în care acest raționament autoamăgitor ajută la remodelarea personalității iese în evidență când comparăm tipul docil cu tipul agresiv. Cel dintâi atribuie sentimentelor simpatetice dorința sa de a fi util chiar dacă sunt prezente tendințe puternice de dominare; iar dacă acestea sunt prea evidente, el le rationalizează ca solicitudine. Tipul agresiv, când lucrul acesta este util, neagă cu tărie orice sentiment de simpatie și își întemeiază acțiunea exlusiv pe oportunitate. Imaginea idealizată cere întotdeuna un cuantum important de rationalizare pe

care să se bazeze: discrepanțele dintre Eul real și imagine trebuie judecate în afara existenței. În exteriorizare ea este folosită spre a dovedi relevanța circumstanțelor exterioare sau spre a arăta că trăsăturile inacceptabile pentru individul însuși sunt pur și simplu o reacție „naturală" la comportamentul celorlalți.

Tendința de *autocontrol excesiv (excessive self-control)* poate fi atât de puternică încât uneori să se numere printre tendințele nevrotice inițiale[5]. Funcția sa este să servească drept stăvilar împotriva torentului emoțiilor contradictorii. Deși la început este adesea un act de voință de putere conștient, cu timpul devine de obicei mai mult sau mai puțin automat. Indivizii care exercită un asemenea control nu-și vor permite să fie duși de valul entuziasmului, al excitației sexuale, autocompătimirii sau mâniei. În cadrul psihanalizei ei întâmpină cele mai mari dificultăți în efectuarea de asociații libere; ei nu se vor alcooliza ca să-și înalțe spiritele și, frecvent, preferă să sufere durerea decât să fie anesteziați. Pe scurt, caută să pună frâu oricărei spontaneități. Asemenea indivizi își păstrează coeziunea pur și simplu prin imaginea lor idealizată, dar, după câte s-ar părea, puterea sa unificatoare este insuficientă, dacă nu este ajutată de una sau alta dintre tentativele esențiale de stabilire a unității. Imaginea este deosebit de inadecvată atunci când capătă forma unui conglomerat de elemente contradictorii. Efortul voinței de putere, conștient sau inconștient, este necesar spre a ține sub control impulsiile aflate în conflict. Deoarece cele mai distructive impulsii sunt acelea de violență inspirate de furie, cea mai mare cantitate de energie este orientată în direcția controlului furiei. Aici este pus în mișcare un cerc vicios; furia, din cauză că este refulată, atinge o forță explozivă care, la rându-i, cere încă și mai mult autocontrol ca să fie înăbușită. Dacă excesivul control al pacientului este conștientizat de acesta, el îl va apăra ridicându-l la rangul de virtute și arătând necesitatea autocontrolului pentru orice individ civilizat. Ceea ce trece cu vederea este natura compulsivă a controlului său. El nu se poate opri să-l exercite în modul cel mai rigid și intră în panică dacă, dintr-un motiv oarecare, autocontrolul nu funcționează.

Panica poate lua forma fricii de nebunie, ceea ce arată clar că funcția controlului este să respingă pericolul scindării, al dezagregării.

Corectitudinea arbitrară (arbitrary rightness) are dubla funcție de eliminare a îndoielii din interior și a influenței din afară. Îndoiala și indecizia sunt concomitențe invariabile ale conflictelor nerezolvate și pot căpăta destulă intensitate încât să paralizeze orice acțiune. Într-o asemenea stare, firește, o persoană este susceptibilă de influențare. Când avem convingeri autentice, cu greu suntem clătinați; dar dacă stăm la intersecție, indeciși asupra direcției de urmat, agenții exteriori pot ușor să fie factori determinanți, fie și numai temporar. Mai mult, indecizia se aplică nu numai la posibilele cursuri ale acțiunii, ci includ îndoieli asupra noastră însine, asupra drepturilor noastre, asupra valorii noastre.

Toate aceste incertitudini scad din capacitatea noastră de a înfrunta viața. Pe cât se pare, însă, ele nu sunt la fel de intolerabile pentru toată lumea. Cu cât un individ înțelege mai bine viața ca pe o bătălie fără milă, cu atât mai mult consideră el că îndoiala este o slăbiciune periculoasă. Cu cât mai izolat este el și cu cât mai doritor de independență, cu atât mai mult va fi susceptibilitatea sa față de influența străină o sursă de iritare. Toate observațiile făcute de mine arată că o combinație de tendințe predominant agresive și de izolare este solul cel mai fertil pentru dezvoltarea corectitudinii rigide; și cu cât mai aproape de suprafață este agresivitatea, cu atât mai militantă este corectitudinea. Aceasta constituie o încercare de a tranșa conflictele o dată pentru totdeauna prin declararea, în mod arbitrar și dogmatic, că cineva este invariabil corect. Într-un sistem guvernat astfel de rațiune, emoțiile sunt trădători din interior și trebuie ținute în frâu de către un control continuu. Este obținută pacea, dar aceasta este pacea mormântului. Cum și era de așteptat, asemenea indivizi detestă ideea de psihanaliză, deoarece aceasta tulbură tabloul bine pus la punct.

Aproape la polul opus față de corectitudinea rigidă, dar de asemenea o defensă efectivă contra recunoașterii conflictelor, este

evazivitatea (elusiveness). Pacienții înclinați spre acest mod de defensă seamănă cu acei eroi de basme care, când sunt hărțuiți, se transformă în peste; dacă nu sunt siguri în această înfățișare, se transformă în căprioară; iar dacă vânătorul îi prinde la strâmtoare, zboară de acolo sub formă de pasăre. Niciodată nu-i poți fixa în vreo afirmație; ei neagă să o fi spus sau te asigură că i-ai înțeles greșit. Au o uimitoare capacitate, de „încețoșare", a problemelor. Le este imposibil să facă un raport concret asupra vreunui incident; dacă încearcă să o facă, ascultătorul este nesigur la sfârșit tocmai cu privire la ceea ce realmente s-a întâmplat.

Aceeași confuzie domnește și în viața lor. Sunt ranchiunoși la un moment dat, înțelegători în momentul următor; uneori sunt hiperpoliticoși, alteori lipsiți de considerație față de ceilalți; autoritari în unele privințe, autoestompați în altele. Tânjesc după un partener dominator numai spre a-l transforma într-o „rogojină de șters picioarele", apoi se întorc la atitudinea precedentă. După ce îl tratează rău pe cineva, sunt copleșiți de remușcare, caută să îndrepte răul făcut, apoi se simt „prostănaci" și revin la abuzuri. Nimic nu este la ei cu totul real.

Psihanalistul se poate simți confuz și descurajat, negăsind nici un material cu care să lucreze. Este o eroare. Aceștia sunt pur și simplu pacienții care nu au reușit să adopte procedeele obișnuite de unificare: nu numai că au eșuat în refularea unor părți din conflictele lor, dar nici nu și-au stabilit o imagine idealizată clară. Se poate spune că, într-un fel, ei demonstrează valoarea acestor tentative, căci, indiferent cât de perturbatoare sunt consecințele, persoanele care au procedat astfel sunt mai bine organizate și nu atât de condamnate ca tipul evaziv. Pe de altă parte, psihanalistul ar greși și în cazul în care s-ar bizui pe o misiune ușoară datorită faptului că conflictele sunt vizibile și nu trebuie scoase din ascunziș. Cu toate acestea, el va avea de luptat cu aversiunea pacientului față de orice transparență, iar acesta va tinde să-l învingă, cu excepția cazului în care psihanalistul înțelege că are de-a face cu modul în care pacientul parează orice intuiție reală.

O ultimă defensă împotriva recunoașterii conflictelor este *cinismul* (*cynicism*), negarea și ridiculizarea valorilor morale. O profundă incertitudine cu privire la valorile morale este în mod obligatoriu prezentă în orice nevroză, oricât de dogmatic aderă individul la aspectele particulare ale standardelor sale, pe care le acceptă. În timp ce modul în care apare cinismul variază, funcția sa invariabilă este negarea existenței valorilor morale, prin aceasta eliberându-l pe nevrotic de necesitatea de a clarifica ce crede el cu adevărat.

Cinismul poate fi conștient, caz în care devine un principiu în tradiția machiavelică, fiind apărat ca atare. Tot ceea ce intră în calcul este aparență. Poți face ce-ți place atâta timp cât nu ești prins cu mâța-n sac. Oricine nu este esențialmente stupid este ipocrit. Pacientul cinic poate fi la fel de sensibil la utilizarea de către psihanalist a termenului morală, indiferent de context, cum erau pacienții de pe vremea lui Freud la auzul termenului sex. Dar cinismul poate rămâne și inconștient, ascuns sub vorbele goale ale ideologiilor predominante. Oricât de inconștient ar fi pacientul de influența cinismului său asupra persoanei sale, modul în care el trăiește și vorbește despre viața sa va dezvălui faptul că el acționează după principiile acestuia. Sau se poate implica în mod inconștient în contradicții, ca pacientul care era sigur că el crede în onestitate și decență, deși era invidios pe oricine își permitea manevre necinstite și era iritat de faptul că el însuși n-ar fi „izbutit" niciodată în asemenea lucruri. În terapie este important ca pacientul să-și conștientizeze pe deplin cinismul la timpul potrivit și să fie ajutat să-l înțeleagă. Poate fi, de asemenea, necesar să i se explice de ce este de dorit ca el să-și stabilească propria sa tablă de valori.

Cele precedente sunt mecanisme de apărare construite în jurul nucleului conflictului fundamental. De dragul simplității, mă voi referi la întregul sistem de apărare ca la structura de protecție (*protective structure*). În orice nevroză se dezvoltă o combinație de defense; adesea fiecare din ele este prezentă, deși în grade de activitate diferite.

NOTE

[1] Avem de-a face, evident, cu o anosognozie, adică cu incapacitatea organică a bolnavului de a-şi recunoaşte boala. (Nota trad.)

[2] Psihoneurologul american Antonio Damasio va confirma în mod strălucit importanţa generală a trăirii emoţionale în comportamentul individului. (Nota trad.)

[3] Strecker, *op. cit.*

[4] Lin Yutang, *Between Tears and Laughter*, John Day, 1943.

[5] Karen Horney, *Self-Analysis*, ed. cit.

PARTEA a II-a

CONSECINŢE ALE CONFLICTELOR NEREZOLVATE

Capitolul 9

ANGOASE

În căutarea semnificației profunde a vreunei probleme nevrotice ne putem pierde ușor direcția într-un labirint de complexități. Lucrul acesta nu este nefiresc de vreme ce nu putem spera să înțelegem nevroza fără a face față complexității acesteia. Este totuși util din când în când să stăm deoparte, spre a ne redobândi perspectiva.

Am urmărit pas cu pas dezvoltarea structurii de protecție. Am văzut cum se construiește o defensă după alta, până când este stabilită o organizare relativ statică. Iar elementul care ne impresionează cel mai puternic în toate acestea este truda imensă depusă în proces, o trudă atât de extraordinară încât ne minunăm ce poate mâna pe un individ pe o cale atât de dificilă și de încărcată de costuri pentru sine însuși. Ne-am pus întrebarea care sunt forțele care fac ca structura să fie atât de rigidă și de greu de schimbat. Este forța motrice a întregului proces pur și simplu teama de puterea dezagregantă a conflictului fundamental? O analogie poate lumina calea spre răspuns. Ca orice analogie, nu este o paralelă exactă și nu poate fi aplicată decât în linii mari. Să presupunem că un bărbat cu un trecut dubios și-a croit drum în comunitate prin înșelăciune. Desigur, el va trăi cu teama ca nu cumva adevărata sa identitate să fie descoperită. Cu timpul, situația sa evoluează; își face prieteni, își asigură o meserie,

întemeiază o familie. Îndrăgind noua sa poziție, el este asaltat de o nouă teamă, teama de a pierde aceste bunuri. Mândria onorabilității sale îl înstrăinează de trecutul dezagreabil. El cheltuiește mari sume de bani în scopuri caritabile, incluzându-i în această operă de caritate și pe vechii săi asociați, așa încât să-și purifice viața din trecut. Între timp, schimbările care s-au produs în personalitatea sa l-au implicat în noi conflicte, cu rezultatul că, în final, faptul că și-a început viața prezentă pe premise false devine pur și simplu un curent de adâncime (*undercurrent*) în tulburarea sa.

Astfel, în organizarea stabilită de nevrotic, conflictul fundamental se menține, dar este transmutat. Temperat în unele privințe, el este intensificat în altele. Datorită, însă, cercului vicios care este inerent procesului, conflictele care decurg de aici devin mai presante. Ceea ce le acutizează cel mai mult este faptul că orice nouă poziție defensivă înrăutățește relațiile sale cu sine și cu ceilalți, terenul în afara căruia, așa cum am văzut, se dezvoltă conflicte. Pe deasupra, dat fiind faptul că noi elemente, oricât de îmbrăcate în iluzie — iubire sau succes, o izolare obținută sau o imagine stabilită —, ajung să joace un rol important în viața sa, generează o teamă de un ordin diferit, teama că ceva poate periclita aceste comori. Și, în tot acest timp, alienarea sa crescândă față de sine îl lipsește din ce în ce mai mult de capacitatea de a se autoanaliza și de a se descotorosi de dificultățile sale. Se instalează inerția, luând locul dezvoltării dirijate.

Structura de protecție, cu toată rigiditatea sa, este extrem de fragilă și generează ea însăși noi temeri. Una dintre acestea este teama că *îi va fi tulburat echilibrul*. În timp ce structura dă o senzație de stabilitate, aceasta este o stabilitate ușor de răsturnat. Individul însuși nu este conștient de această amenințare, dar este imposibil să nu o simtă într-o diversitate de moduri. Experiența l-a învățat că poate fi scos din fire din te miri ce, că se înfurie, se exaltă, se deprimă, obosește, se inhibă când anticipează sau dorește lucrul acesta cel mai puțin. Totalitatea unor asemenea trăiri îi dă sentimentul incertitudinii, un sentiment pe care nu se poate baza. Este ca și cum ar patina pe gheața subțire a unui lac.

Instabilitatea sa se exprimă și în mers sau în postură, ori în lipsa de îndemânare în orice refacere a echilibrului fizic.

Cea mai vie expresie a acestei temeri este teama de nebunie. Când aceasta este prezentă în mod vizibil ea poate fi simptomul absolut care îl determină pe individ să caute asistență psihiatrică. În asemenea cazuri teama este determinată și de refularea impulsurilor de a face tot felul de lucruri „smintite", cele mai multe din ele de natură distructivă, fără a se simți responsabil de ele. Teama de nebunie nu este totuși de interpretat ca un indiciu că individul poate realmente înnebuni. De obicei ea este efemeră și apare în condiții de depresie acută. Cea mai dureroasă este amenințarea sa intempestivă la adresa imaginii idealizate sau o creștere a tensiunii — cel mai adesea datorată furiei inconștiente —, ceea ce pune în pericol autocontrolul excesiv. O femeie, de exemplu, care credea despre sine că este atât călită, cât și curajoasă, a avut un acces de panică atunci când, într-o situație dificilă, a fost confruntată cu un sentiment de neputință, teamă și furie violentă. Imaginea sa idealizată, care o înfățișa ca pe un bloc de oțel, dintr-o dată s-a spart, producându-i teamă. Am și discutat despre neliniștea profundă trăită de un individ însingurat atunci când este silit să-și părăsească adăpostul spre a intra în strânsă proximitate cu ceilalți, când, de exemplu, trebuie să meargă la armată sau să trăiască la niște rude. Această groază poate fi și ea privită ca teamă de nebunie și, în acest caz, pot avea loc realmente episoade psihotice. În cura psihanalitică, o asemenea teamă apare atunci când pacientul, care a izbutit cu mare trudă să-și creeze o armonie artificială, recunoaște deodată că este dezbinat.

Faptul că frica de nebunie este cel mai adesea condiționată de furia inconștientă este demonstrat în cursul psihanalizării, atunci când, această frică fiind diminuată, reziduurile sale iau forma temerii ca nu cumva pacientul să insulte, să bată și chiar să ucidă oameni în situația în care autocontrolul este imposibil. Comiterea unui act de violență în somn sau sub influența alcoolului, anestezia, excitația sexuală vor fi și ele temute. Furia însăși poate fi conștientă sau poate apărea în conștiință ca un impuls obsesiv față de violență, fără legătură cu vreun afect. Pe de altă parte, ea

poate fi cu totul inconștientă; în acest caz orice persoană se simte deodată cuprinsă de o panică vagă, posibil asociată cu transpirație, amețeală și teama de leșin, ceea ce semnifică o frică inconștientă că impulsuri violente ar putea scăpa de sub control. Când furia inconștientă este exteriorizată, individului îi poate fi teamă de taifunuri, fantome, spărgători, șerpi etc., adică de orice forță potențial distructivă din afara sa.

La urma urmei, însă, teama de nebunie este relativ rară. Ea este pur și simplu cea mai stridentă expresie a temerii de pierdere a echilibrului. De obicei această teamă operează pe căi mai ascunse. Ea apare în acest caz în forme vagi, nedefinite și poate fi provocată de orice schimbare intervenită în rutina vieții. Persoanele care o trăiesc se pot simți profund tulburate de proiectul de a face o călătorie, de a-și schimba slujba, de a angaja o nouă servitoare etc. Oriunde este posibil, ei încearcă să evite asemenea schimbări. Amenințarea la adresa stabilității poate fi factorul care îi face pe pacienți să aibă rețineri în a se lăsa psihanalizați, îndeosebi dacă au găsit un mod de viață care le permite să trăiască destul de bine. Când aduc în discuție oportunitatea psihanalizării, pun întrebări care, la o primă privire, par destul de rezonabile: Le va zdruncina psihanaliza căsătoria? Le va submina temporar capacitatea de muncă? Îi va face mai iritabili? Se va amesteca în religia lor? Așa cum vom vedea, astfel de întrebări sunt în parte determinate de disperarea pacientului; el socoate că nu merită, deși își asumă riscurile. Dar există și o reală temere în spatele interesului său: el are nevoie să fie reasigurat că psihanaliza nu-i va afecta echilibrul. În asemenea cazuri, putem afirma cu certitudine că echilibrul este deosebit de instabil și că psihanaliza va fi una dificilă.

Poate psihanalistul să-i dea pacientului asigurarea pe care o dorește acesta? Răspunsul e negativ. Orice psihanalist este obligat să determine instabilități temporare. Ceea ce poate face psihanalistul este să meargă la rădăcina unor astfel de probleme, să-i explice pacientului de ce se teme el cu adevărat și să-i spună că, deși psihanaliza va tulbura echilibrul său actual, ea îi va da ocazia să realizeze un echilibru mult mai solid.

O altă teamă generată de structura de protecție este *teama de demascare (fear of exposure)*. Sursa acesteia se află în multiplele duplicități care au dus la dezvoltarea și consolidarea structurii înseși. Acestea vor fi descrise în conexiune cu deteriorarea integrității morale determinate de conflictele nerezolvate. Deocamdată este necesar doar să subliniem că individul nevrotic dorește să apară, atât sieși cât și celorlalți, ca fiind diferit de ceea ce este el în realitate: mai armonios, mai rațional, mai generos, sau mai puternic și nemilos. Ar fi greu de precizat dacă se teme de demascare mai mult în fața propriilor săi ochi decât în ochii altora. În plan conștient, el este cel mai interesat de opinia celorlalți și, cu cât își exteriorizează mai mult teama, cu atât este mai temător ca ceilalți să nu-l dea în vileag. El poate spune în acest caz că opinia sa despre sine nu contează.

Teama de demascare poate să apară fie ca sentiment vag de a fi o cacialma, fie legată de o însușire particulară, slab asociată cu ceea ce realmente îl neliniștește pe individ. Acesta se poate teme că nu este atât de inteligent, competent, bine educat, atrăgător pe cât se crede a fi, transformând astfel în teamă calitățile care nu se reflectă în caracterul său. Astfel, un pacient își amintește că în preadolescență era hăituit de teama că poziția sa de fruntaș al clasei era în întregime datorată înșelătoriei. De fiecare dată când se muta la altă școală era sigur că avea să fie demascat, iar teama persista chiar și când ajungea din nou primul din clasă. Sentimentul său îl deconcerta, dar era incapabil să-i descurce ițele. El nu reușea să o facă, deoarece se găsea pe o pistă greșită: teama sa de demascare nu privea nicidecum inteligența, ci pur și simplu fusese deplasată în această sferă. În realitate, aceasta privea pretenția sa inconștientă de a fi un bun camarad, care nu aleargă după distincții, pe când de fapt era obsedat de trebuința distructivă de a triumfa asupra celorlalți. Acest exemplu ilustrativ conduce la o generalizare pertinentă. Teama de a fi o cacealma (*fear of being a bluff*) este întotdeauna legată de un factor obiectiv, dar de obicei nu de acela la care se gândește persoana în cauză. Simptomatic, expresia sa extremă este roșirea sau teama de a roși. Dat fiind faptul că este vorba de o prefăcătorie inconștientă și de teama

pacientului de a fi demascată, psihanalistul face o greșeală serioasă dacă, observând panica sa, caută vreo trăire de care acesta se rușinează și pe care o ascunde. Pacientul, însă, poate să nu fie înfrânat de nimic de felul acesta. Ceea ce se întâmplă este că el devine tot mai temător, gândind că ceva trebuie să fie extrem de rău în ceea ce-l privește și că în mod inconștient nu vrea să dea pe față răul. O asemenea situație conduce la o analiză autoacuzatoare și nu la un travaliu constructiv. Probabil că el va continua să detalieze episoade sexuale sau impulsuri distructive. Dar frica de demascare va rămâne atâta vreme cât psihanalistul nu reușește să recunoască că pacientul este prins într-un conflict și că el însuși nu analizează decât un singur aspect al acestuia.

Teama de demascare poate fi provocată de orice situație care — pentru nevrotic — înseamnă supunere la un test. Se includ aici intrarea într-o nouă slujbă, dobândirea de noi prieteni, mutarea într-o școală nouă, examenele, întrunirile sociale sau orice fel de performanță care îl poate scoate în evidență, chiar dacă nu este vorba decât de a lua parte la o discuție. Frecvent, ceea ce în mod conștient este conceput drept teamă de eșec de fapt nu are de-a face cu demascarea și de aceea nu este atenuată de succes. Persoana în cauză pur și simplu va simți că de data aceasta „i-a mers"; dar ce se va întâmpla data viitoare? Iar dacă eșuează, va fi încă și mai convinsă că întotdeauna a fost o cacealma și că de data aceasta i s-a înfundat. O consecință a unui asemenea sentiment este timiditatea, în special în orice situație nouă. O altă consecință este prudența în fața faptului de a fi iubit sau apreciat. Individul în cauză va gândi, conștient sau inconștient: „Ei mă iubesc acum, dar dacă m-ar cunoaște cu adevărat, altele ar fi sentimentele lor." Firește, această teamă joacă un rol în psihanaliză, al cărei scop explicit este să „dezlege enigme".

Fiecare teamă nouă cere o nouă garnitură de defense. Acelea îndreptate împotriva fricii de demascare intră în categorii opuse și depind de întreaga structură de caracter. Pe de o parte există tendința de a evita orice fel de situații-test; iar dacă nu pot fi evitate, se adoptă o atitudine rezervată, autocontrolată, purtându-se o mască impenetrabilă. Pe de altă parte, există o tentativă

inconștientă de a deveni o cacealma atât de perfectă, încât este de temut demascarea. Cea din urmă atitudine nu este doar defensivă: mistificarea totală este utilizată și de indivizii de tip agresiv care trăiesc prin delegare (*who live vicariously*), ca un mijloc de a-i impresiona pe cei pe care doresc să-i exploateze; orice încercare de a-i interoga va fi întâmpinată printr-un contraatac viclean. Mă refer aici la indivizi fățiș sadici. Vom vedea mai târziu cum concordă această trăsătură cu întreaga structură.

Vom înțelege teama de demascare atunci când vom avea răspuns la două întrebări: Ce este o persoană care se teme să fie dezmințită? De ce are a se teme în cazul că ar fi demascată? La prima întrebare am și dat răspuns. Ca să răspundem la cea de a doua trebuie să examinăm și alte temeri care emană din structura de protecție: *teama de a fi disprețuit, teama de umilire* și *teama de ridicol*. În timp ce lipsa de soliditate a structurii este responsabilă de teama de stricare a echilibrului, iar neonestitatea inconștientă generează teama de demascare, teama de umilire provine dintr-o stimă față de sine ultragiată. Am atins această chestiune în alte contexte. Atât crearea unei imagini idealizate, cât și procesul de exteriorizare sunt tentative de reparare a respectului de sine vătămat, dar, așa cum am văzut, ambele îl ultragiază și mai mult.

Dacă avem o privire panoramică asupra a ceea ce se întâmplă cu stima de sine în cursul dezvoltării nevrozei, identificăm două perechi de procese de balansare. În timp ce nivelul stimei de sine realiste (*realistic self-esteem*) cade, ajunge la înălțime o mândrie nerealistă: mândria de a fi extraordinar de bun, de agresiv, de unic, de omnipotent sau omniscient. Pe un alt balansoar găsim o reducere a Eului real al nevroticului contrabalansat de o înălțare a celorlalți la statura de uriași. Prin eclipsa a mari zone ale Eului prin refulare și inhibiție, precum și prin idealizare și exteriorizare, individul se pierde din vedere pe el însuși; el se simte, dacă nu cumva și devine în realitate, ca o umbră lipsită de greutate sau de substanță. Iar între timp trebuința sa de ceilalți și teama de ei îi face pe aceștia nu numai mai favorabili, ci și mai necesari. În consecință, centrul său de greutate ajunge să se afle mai mult în

ceilalți decât în el însuși, cesionându-le acestora prerogative care de drept îi aparțin. Drept urmare, evaluării din partea lor i se dă o importanță excesivă, în timp ce propria-i autoevaluare își pierde semnificația. Opinia celorlalți capătă astfel o putere discreționară.

Ansamblul proceselor descrise mai sus explică extrema vulnerabilitate a nevroticului în fața disprețului, a umilirii și ridiculizării. Iar aceste procese fac atât de mult parte din orice nevroză, încât hipersensibilitatea în această privință este cu totul comună. Dacă avem cunoștință de multiplele surse ale fricii de dispreț puteam înțelege că a o îndepărta sau a o diminua nu este o sarcină deloc simplă. Aceasta dă înapoi numai în măsura în care întreaga nevroză regresează.

În general, consecința acestei frici este aceea că îl situează pe nevrotic aparte de ceilalți, făcându-li-l ostil. Dar mai importantă este puterea ei de a le reteza avântul celor care suferă mai tare din această cauză. Ei nu îndrăznesc să aștepte nimic de la ceilalți sau să-și fixeze lor însile scopuri înalte. Nu îndrăznesc să se apropie de oameni care li se par în vreun fel superiori; nu îndrăznesc să-și exprime o opinie, chiar dacă prin aceasta au de adus o contribuție reală; nu îndrăznesc să-și exercite capacitățile creatoare, chiar dacă le au; nu îndrăznesc să se facă mai atractivi, să încerce să impresioneze, să ocupe o poziție mai bună etc. etc. Când sunt tentați să se lanseze în vreo direcție își văd elanul stăvilit de perspectiva sinistră a ridicolului și se refugiază în rezervă și demnitate.

Mai imperceptibilă decât temerile descrise este o teamă care poate fi privită drept o condensare a tuturor acestora, ca și a altor temeri care apar în evoluția nevrotică: este *teama de a schimba ceva la sine (fear of changing anything in oneself)*. Pacienții reacționează la ideea schimbării prin adoptarea uneia din următoarele două atitudini extreme: fie lasă ca întregul subiect să plutească într-o nebuloasă, având sentimentul că schimbarea se va produce printr-un fel de miracol, într-un viitor nesigur, fie încearcă să se schimbe prea rapid și cu prea puțină înțelegere. În primul caz ei ascund o rezervă mentală, întrezărind în treacăt

problema sau admițând că o ameliorare ar fi suficientă; ideea că spre a se autodesăvârși trebuie realmente să-și schimbe atitudinile și impulsiile îi șochează și îi alarmează. Nu se poate ca ei să nu înțeleagă validitatea chestiunii, dar, cu toate acestea, în mod inconștient o resping. Poziția contrară echivalează cu un simulacru inconștient de schimbare. Este parțial veleitate, generată de intoleranța pacientului față de orice imperfecțiune la sine însuși, dar este, pe de altă parte, urmarea sentimentului inconștient de omnipotență: simpla dorință de a vedea o dificultate dispărând ar fi de ajuns ca ea să se și risipească.

În spatele fricii de schimbare stau presimțiri privind schimbarea în mai rău: pierderea imaginii idealizate, transformarea în Eul neacceptat, într-o făptură de rând sau într-o simplă carapace golită în urma travaliului psihanalitic; groaza de necunoscut, de renunțarea la stratagemele sigure și la satisfacțiile de până atunci, îndeosebi la vânarea de fantome aducătoare de soluții; iar în final teama de a fi incapabil de schimbare, teamă ce va fi mai bine înțeleasă atunci când vom discuta disperarea nevrotică.

Toate aceste temeri își au obârșia în conflictele nerezolvate. Dar pentru că noi înșine trebuie să ne expunem acestor temeri dacă, eventual, dorim integrarea, ele stau ca un obstacol în calea fasonării noastre. Sunt, ca să zicem așa, purgatoriul prin care trebuie să trecem înainte de a ne putea găsi mântuirea.

Capitolul 10

SĂRĂCIREA PERSONALITĂȚII

A examina consecințele conflictelor nerezolvate înseamnă a pătrunde într-un teritoriu aparent nemărginit și prea puțin explorat. L-am putea poate aborda printr-o discuție asupra unor tulburări simptomatice cum sunt depresia, alcoolismul, epilepsia sau schizofrenia, sperând ca prin aceasta să dobândim o mai bună înțelegere a unor perturbări distincte. Prefer, însă, să-l examinez dintr-un punct de vedere mai general avantajos și să pun întrebarea: Ce efect au conflictele nerezolvate asupra energiilor noastre, asupra integrității și fericirii noastre? Adopt acest punct de vedere pentru că am convingerea că nu putem sesiza semnificația nici unei tulburări simptomatice fără înțelegerea bazei esențialmente umane a acesteia. Tendința din psihiatria modernă de a se ajunge la formulări teoretice comode spre a se explica sindroame existente nu este nefirească din punctul de vedere al trebuinței clinicianului, a cărui meserie este aceea de a se ocupa de ele. Dar a proceda astfel este tot atât de puțin realizabil, ca să nu mai vorbim de științific, ca pentru inginerul constructor zidirea acoperișului clădirii înainte de a se fi pus temelia.

Unele dintre elementele cuprinse în întrebarea noastră au și fost menționate, având aici nevoie doar de o elaborare. Altele reies din discuțiile noastre anterioare, iar altele se cer adăugate. Scopul nostru nu este doar acela de a-i da cititorului o idee vagă asupra faptului că orice conflict nerezolvat este dăunător, ci să-i oferim

un tablou absolut clar și comprehensibil despre dezastrul pe care asemenea conflicte îl cauzează personalității.

A trăi în condițiile unor conflicte nerezolvate implică, în primul rând, o devastatoare *risipă de energii umane (waste of human energies)*, prilejuită nu numai de conflictele însele, ci și de tentativele lăturalnice de a le îndepărta. Când un individ este fundamental divizat, el nu-și poate niciodată investi din toată inima energiile în ceva, ci dorește întotdeauna să urmărească două sau mai multe scopuri incompatibile. Aceasta înseamnă fie că el își va dispersa energiile, fie că își va zădărnici în mod activ eforturile. Primul mod de a proceda este valabil pentru indivizii a căror imagine idealizată, ca în cazul lui Peer Gynt, îi amăgește cu credința că ei excelează în orice. O femeie, de exemplu, dorește să fie mamă ideală, bucătăreasă și gazdă perfectă, să se îmbrace bine, să joace un rol social și politic proeminent, să fie soție devotată și să aibă aventuri erotice extraconjugale, și, pe deasupra, să efectueze o muncă productivă. De prisos să spunem că este imposibil: va eșua în mod obligatoriu în toate aceste obiective, iar energiile ei — indiferent de cât de potențial dotată este — vor fi risipite.

O relevanță mai generală are zădărnicirea unui singur obiectiv atunci când motivațiile incompatibile se blochează reciproc. Un bărbat poate dori să fie un bun prieten, dar să fie atât de autoritar și de pretențios încât potențialitățile lui în această direcție să nu se realizeze niciodată. Un altul dorește ca progenitura sa să-și croiască drum în viață, dar impulsia sa către putere personală și corectitudinea sa insistentă intervin negativ. Cineva dorește să scrie o carte, dar este apucat de o violentă durere de cap sau de o oboseală ucigătoare ori de câte ori nu poate formula imediat ceea ce vrea să spună. Și de data aceasta responsabilă este imaginea idealizată: dat fiind că el este geniu, de ce ideile strălucite n-ar ieși din penița sa ca iepurii din pălăria prestidigitatorului? Iar cum lucrul acesta nu se întâmplă, el explodează de furie împotriva lui însuși. Un altul poate avea o idee de reală valoare, pe care dorește să o prezinte într-o adunare. Dar el dorește nu numai să o exprime într-un mod impresionant, punându-i pe ceilalți în umbră, ci să fie și îndrăgit și să evite criticile, iar din cauza exteriorizării

autodispreţului anticipează în acelaşi timp ridicolul. Rezultatul este că nu poate nicidecum gândi şi că ideea pertinentă pe care o putea produce nu ajunge niciodată la înfăptuire. Un altul ar putea fi un bun organizator, dar, din cauza tendinţelor sale sadice, intră în conflict cu anturajul. Este inutil să continuăm cu exemplificările, întrucât oricine poate găsi o mulţime de ilustrări în această privinţă, fie la el însuşi, fie la cei din jur.

Există o aparentă excepţie de la această lipsă de orientare clară. Uneori nevroticii arată o curioasă unicitate de scop: bărbaţi care pot sacrifica orice, inclusiv propria lor demnitate, pe altarul ambiţiei; femei care nu doresc nimic altceva de la viaţă decât să fie iubite; părinţi care se pot devota în întregime copiilor lor. Asemenea persoane lasă impresia sinceităţii, dar, după cum am văzut, urmăresc în realitate un miraj care pare să ofere o soluţie conflictelor lor. Aparenta sinceritate este una a disperării mai degrabă decât una a integrării.

Dar nu numai trebuinţele şi impulsurile conflictuale sunt consumatoare şi irositoare de energii. Acelaşi efect îl au şi alţi factori din structura de protecţie. Există o eclipsă a unor întregi zone ale personalităţii datorată refulării unor părţi din conflictul fundamental. Părţile eclipsate sunt încă suficient de active spre a interveni, dar nu într-un sens constructiv. Procesul ca atare constituie o pierdere de energie care altfel ar putea fi folosită pentru autoafirmare, cooperare sau stabilirea de relaţii umane pozitive. Înstrăinarea de sine — ca să nu menţionăm decât un factor — este aceea care văduveşte persoana de forţa sa motrice. Individul mai poate fi încă un muncitor bun, ba chiar poate fi capabil de un efort considerabil datorită unor presiuni din afară, dar se prăbuşeşte dacă e lăsat pe seama propriilor resurse. Aceasta nu înseamnă că nu poate face ceva constructiv sau îmbucurător în timpul său liber, ci înseamnă că toate forţele sale creatoare iau drumul risipei.

Risipa sau greşita canalizare a energiei poate avea drept origine trei tulburări majore, toate fiind simptomatice pentru conflictele nerezolvate. Una dintre acestea este *şovăiala (indecisiveness)*. Aceasta poate fi prevalentă în orice, de la bagatele şi până la probleme de cea mai mare importanţă personală. Poate consta

într-o nesfârşită oscilare între a mânca cutare sau cutare fel de mâncare, între a cumpăra un geamantan sau altul, între a merge la cinema sau a asculta emisiunea radio. Poate fi imposibilă decizia asupra carierei sau asupra unui pas făcut în carieră, opţiunea între o femeie sau alta, între a divorţa sau nu, între sinucidere şi viaţă. O decizie care trebuie luată şi care este irevocabilă se dovedeşte a fi un adevărat chin şi îl poate expune pe individ panicii şi istovirii.

Cu toate că şovăiala lor poate fi vădită, oamenii adesea ignoră faptul acesta, deoarece eforturile lor de a evita decizia au loc în planul inconştientului. Ei temporizează, procedează pe ocolite, se încred în şansă sau chiar lasă decizia pe seama altcuiva. Pot, de asemenea, să încurce în aşa fel problemele, încât să nu mai lase nici o bază pe care să se ia decizia. Lipsa de finalitate care urmează din toate acestea probabil că de obicei nu este sesizată de persoana în cauză. Multiplele stratageme inconştiente de ascundere a indeciziei explică relativ rarele plângeri pe care psihanalistul le aude în legătură cu ceea ce este de fapt o tulburare comună.

O altă manifestare tipică a divizării energiilor este *ineficienţa (ineffectualness)*. Nu am în vedere o inaptitudine într-un anumit domeniu, care s-ar putea datora lipsei de exerciţii sau lipsei de interes faţă de subiect. După cum nici nu am în vedere nici problema energiilor intacte (*untapped energies*), aşa cum o descrie William James într-un extrem de interesant articol[1], în care se arată că un rezervor de energie devine realmente disponibil atunci când cineva nu cade la primele semne de oboseală sau sub presiunea unor circumstanţe exterioare. În acest context, ineficienţa este aceea care rezultă din incapacitatea individului de a desfăşura efortul maxim, din cauza contracurenţilor interiori. Este ca şi cum ar conduce un automobil folosind frânele; în mod inevitabil automobilul se opreşte. Uneori lucrul acesta este literalmente aplicabil. Orice încercă un individ să facă poate fi făcut mult mai încet decât şi-ar găsi justificarea fie în capacităţile sale, fie în dificultatea inerentă sarcinii. Şi nu este vorba de faptul că efortul său este insuficient; dimpotrivă, el trebuie să depună o uriaşă cantitate de efort în orice face. Poate cheltui ore întregi, de exemplu, ca să scrie o simplă dare de seamă sau pentru a-şi însuşi un procedeu mecanic simplu. Desigur, ceea ce îl reţine variază de la

caz la caz. Se poate ca el să se revolte în mod inconștient față de ceea ce simte a fi constrângere; se poate să fie condus de impulsul de a desăvârși orice detaliu, cât de mic; se poate să fie furios pe el însuși — ca în exemplul de mai sus — că nu se achită în mod onorabil de sarcină de la prima încercare. Ineficiența nu se manifestă numai în încetineală, ci poate să se exprime și în neîndemânare sau în neglijență. O servitoare sau o menajeră nu-și va face fără cusur treaba dacă în sinea ei crede că este inechitabil, cu înzestrarea ei naturală, să facă o muncă de fată în casă. Iar ineficiența nu se va mărgini de obicei la această activitate particulară, ci își va pune pecetea pe toate strădaniile sale. Din punct de vedere subiectiv aceasta înseamnă a munci sub tensiune (*working under strain*), cu consecința inevitabilă a epuizării rapide și a nevoii de mult somn. Orice muncă în aceste condiții îl detractează pe individ, exact așa cum un automobil va suferi dacă este condus cu frânele trase.

Tensiunea interioară — ca și ineficiența — este prezentă nu numai în muncă, ci este vădită și în relațiile cu oamenii. Dacă cineva dorește să fie prietenos, dar în același timp respinge ideea, din cauză că socoate că lucrul acesta înseamnă a te vârî în sufletul cuiva, el va fi pretențios; dacă dorește să ceară ceva, dar simte că ar vrea să comande, va fi lipsit de cordialitate; dacă dorește să se afirme, dar să se și conformeze, va fi ezitant; dacă dorește să stabilească legături cu oamenii, dar anticipează o respingere, va fi timid; dacă dorește să aibă relații sexuale, dar și să-și frustreze partenera, va fi frigid etc. Cu cât mai prezenți sunt contracarenții, cu atât mai mare este tensiunea celor trăite (*strain of living*).

Unii indivizi sunt conștienți de această tensiune interioară; cel mai adesea ei devin conștienți de ea numai dacă, în condiții speciale, tensiunea crește; uneori îi frapează doar prin contrast cu puținele ocazii când se pot relaxa, se simt în largul lor și sunt spontani. În ceea ce privește oboseala care rezultă de aici, ei fac de obicei responsabili alți factori: constituția slabă, supramunca, lipsa de somn. Fiecare dintre aceștia, desigur, poate juca un rol, dar mult mai puțin important decât se crede de obicei.

O a treia tulburare simptomatică, relevantă în acest context, este *inerția (inertia)*. Pacienții care suferă de aceasta se acuză ei

înșiși de trândăvie, dar în realitate nu pot fi leneși și să se și bucure de lucrul acesta. Ei au o aversiune conștientă față de orice fel de efort și o pot raționaliza spunând că este prea de ajuns că ei au ideile și că alții au grijă de „detalii", adică duc treaba la bun sfârșit. Aversiunea față de efort poate apărea și ca teamă că efortul le-ar putea dăuna. Această teamă este de înțeles prin prisma faptului că ei știu că obosesc ușor; teama poate fi intensificată de recomandarea medicilor, care iau epuizarea drept reală.

Inerția nevrotică paralizează inițiativa și acțiunea. În general vorbind, ea este rezultatul unei puternice înstrăinări de sine și al lipsei de finalitate. Experiența îndelungată a unor eforturi tensionate și lipsite de satisfacție îl cufundă pe nevrotic într-o mare apatie, deși uneori intervin perioade de activitate înfrigurată. Dintre factorii care contribuie la aceasta, cei mai influenți sunt imaginea idealizată și tendințele sadice. Simplul fapt de a avea de făcut un efort consistent poate fi simțit de nevrotic drept dovadă umilitoare că el *nu* este imaginea sa idealizată, în timp ce perspectiva de a face ceva ce n-ar putea fi decât mediocru este atât de descurajantă, încât preferă să nu facă nimic, dar să realizeze acel lucru în mod magnific pe planul fanteziei. Chinuitorul autodispreț generat în mod invariabil de imaginea idealizată îi răpește încrederea că poate realiza ceva care să merite osteneala, îngropând ca într-un nisip mișcător orice stimulent și bucurie a activității. Tendințele sadice, îndeosebi în forma lor refulată (sadism pervertit), îl fac pe individ să încline spre agresiune, având drept rezultat o paralizie psihică mai mult sau mai puțin completă. Inerția are o importanță aparte, referindu-se nu numai la acțiune, ci și la sentimente. Cantitatea de energie cheltuită ca urmare a unor conflicte nevrotice nerezolvate este extraordinar de mare. Deoarece nevrozele sunt în cele din urmă produsul unei anumite civilizații, o asemenea zădărnicire a înzestrărilor și calităților umane se instituie ca o serioasă incriminare a culturii respective.

Conflictele nerezolvate impun nu numai o risipă de energii, ci și o scindare în problemele de natură morală, adică în principiile

morale și în toate sentimentele, atitudinile și comportamentul care se referă la relațiile cu ceilalți și care afectează propria dezvoltare. Așa cum în cazul energiilor diviziunea conduce la risipă, la fel, în problemele de morală, ea conduce la pierderea sincerității morale sau, cu alte cuvinte, la deteriorarea integrității morale. O asemenea deteriorare este cauzată de pozițiile contradictorii asumate, precum și de încercările de mascare a naturii lor contradictorii.

În conflictul fundamental (*basic conflict*) apar categorii de valori morale incompatibile. În ciuda tuturor încercărilor de a le armoniza, ele sunt împiedicate să funcționeze. Aceasta înseamnă, însă, că nici una nu este sau nu poate fi luată în serios. Imaginea idealizată, deși include elemente ale unor idealuri autentice, este în esența sa un fals și este greu pentru persoana respectivă sau pentru observatorul neexersat să o distingă de realitate, așa cum este greu de distins o bancnotă falsificată de una autentică. Nevroticul, așa cum am văzut, poate crede — cu sinceritate — că dă curs unor idealuri, se poate critica aspru pentru orice greșeală văditâ, lăsând astfel impresia unei hiperconștiinciozități întru urmărirea standardelor sale; sau se poate intoxica cu visătorie și vorbărie pe tema valorilor și idealurilor. Afirmația mea că el nu-și ia niciodată în serios idealurile înseamnă că *ele nu au putere de obligație pentru viața sa*. Le aplică doar atunci când îi cad bine, în timp ce alteori le ascunde cum îi vine la socoteală. Am văzut exemple despre aceasta în discuția noastră despre „petele oarbe" și compartimentare, exemple care ar fi de neconceput în cazul unor persoane care își iau în serios idealurile. Numai dacă idealurile nu sunt autentice pot fi aruncate peste bord atât de ușor, ca în cazul unui individ care, de bună credință, clamează un devotament arzător pentru o cauză, iar când este expus tentației se dovedește a fi trădător.

În general, caracteristicile deteriorării integrității morale sunt descreșterea sincerității și creșterea egocentrismului. În acest context, este interesant de motat că în scrierile budismului Zen sinceritatea este echivalentă cu căldura sufletească[2], demonstrând adevărul concluziei la care ajungem pe baza observației clinice,

anume că nimeni dintre cei divizați interior nu poate fi pe deplin sincer:

„CĂLUGĂRUL: Înțeleg că atunci când leul pune laba pe adversarul său, fie el iepure sau elefant, face uz total de puterea sa; spune-mi, rogu-te, ce este această putere?

MAESTRUL: Spiritul sincerității (literal: puterea de a nu decepționa).

Sinceritatea, adică nonamăgirea, înseamnă «a-și manifesta întreaga ființă», în mod tehnic cunoscută ca «întreaga ființă în acțiune», ... caz în care nimic nu este ținut în rezervă, nimic nu este deghizat, nimic nu este irosit. Când un om trăiește în felul acesta se zice despre dânsul că este leu cu blana de aur; el este simbolul virilității, al sincerității, al căldurii sufletești; el este dumnezeiește uman."[3]

Egocentrismul este o problemă morală în măsura în care are drept rezultat aservirea celorlalți în raport cu propriile trebuințe. În loc să fie priviți și tratați ca ființe umane, cu propriile lor drepturi, ei ajung simple mijloace întru atingerea unui scop. Ei sunt alinați sau îndrăgiți de dragul alinării propriei anxietăți; vor fi utilizați de dragul creșterii respectului pentru sine; vor fi blamați, întrucât cineva nu-și poate asuma responsabilitatea de unul singur; vor fi apărați din cauza trebuinței de triumf etc.

Modalitățile particulare în care aceste deteriorări se manifestă variază de la un individ la altul. De cele mai multe dintre ele ne-am și ocupat în alte contexte, iar acum trebuie doar să le revedem într-un mod mai sistematic. Nu voi încerca să fiu exhaustivă. Lucrul acesta ar fi dificil, între altele și din cauză că încă nu am discutat despre tendințele sadice, care trebuie considerate un ultim stadiu al dezvoltării nevrotice. Oricare ar fi cursul luat de nevroză, un factor dintre cei mai evidenți îl constituie întotdeauna *simulările inconștiente*. Cele mai importante sunt următoarele:

Simularea iubirii (the pretense of love). Diversitatea de sentimente și năzuințe care poate fi acoperită de termenul iubire sau de ceea ce este subiectiv simțit ca atare este uimitoare. Acest

termen poate acoperi așteptări parazitare din partea unei persoane care se simte prea slabă sau prea secătuită spre a-și trăi propria viață[4]. Într-o formă mai agresivă, se poate referi la dorința de exploatare a partenerului, la dobândirea prin el a succesului, prestigiului și puterii. Poate exprima trebuința de a cuceri pe cineva și a triumfa asupră-i sau de a se confunda cu partenerul și de a trăi prin el, probabil într-un mod sadic. Poate însemna trebuința de admirație și, astfel, asigurarea afirmării propriei imagini idealizate. Din cauză că în civilizația noastră iubirea este atât de rar o afecțiune autentică, maltratarea și trădarea abundă. În plus, am rămas cu impresia că iubirea se transformă în dispreț, ură sau indiferență. Dar iubirea nu se convertește atât de ușor. Fapt este că sentimente și năzuințe care insuflă pseudoiubire ajung în cele din urmă la suprafață. De prisos să spunem că această simulare operează în relația părinte–copil, în prietenie, precum și în relațiile sexuale.

Simularea bunătății (the pretense of goodness), a altruismului, a simpatiei etc. este înrudită cu simularea iubirii. Este caracteristică tipului docil și este întărită de o anumită imagine idealizată, ca și de trebuința de a ascunde orice impulsii agresive.

Simularea interesului și cunoașterii (the pretense of interest and knowledge) este cea mai vizibilă la cei alienați de propriile lor emoții și care cred că viața poate fi dominată doar de intelect. Ei pretind a cunoaște totul și a fi interesați de toate cele. Dar apare în mod insidios și la persoane care par devotate unei anumite vocații și care, fiind conștiente de lucrul acesta, utilizează acest interes ca pe o treaptă pe calea succesului, a puterii sau a avantajului material.

Simularea onestității și corectitudinii (the pretense of honesty and fairness) este cel mai adesea de găsit la tipul agresiv, în special când acesta este marcat de tendințe sadice. El susține simularea iubirii și a bunătății la ceilalți și crede că întrucât nu subscrie la ipocrizia generală, care simulează generozitatea, patriotismul, pietatea sau orice altceva, este cât se poate de onest. De fapt el are propriile-i ipocrizii, de un ordin diferit. Lipsa lui de prejudecăți obișnuite poate fi un protest orb și negativist împotriva

valorilor tradiționale. Capacitatea sa de a spune *nu* poate fi nu tărie, ci dorință de a-i frustra pe ceilalți. Franchețea sa poate fi dorință de a ridiculiza și de a umili. O dorință de a exploata poate sta în spatele legitimei urmăriri a intereselor personale.

Simularea suferinței (the pretense of suffering) trebuie discutată mai în detaliu din cauza ideilor confuze care circulă pe seama acesteia. Psihanaliștii care aderă în mod strict la teoriile lui Freud împărtășesc credința profanilor că nevroticul dorește să se simtă maltratat, supus la cazne, având o trebuință de pedeapsă. Datele în sprijinul ideii că nevroticul dorește să sufere sunt bine cunoscute, dar termenul *dorește (wants)* ascunde o diversitate de păcate intelectuale. Autorii care propun teoria nu reușesc să demonstreze că nevroticul suferă mai mult decât știe și că de obicei devine conștient de suferința sa numai când începe să se vindece. Fapt încă și mai relevant, ei nu par să înțeleagă că suferința generată de conflictele nerezolvate este inevitabilă și cu totul independentă de dorințele personale. Dacă un nevrotic se lasă „făcut bucăți", în mod cert nu consimte la o asemenea vătămare pentru că o dorește, ci pentru că necesități interne îl obligă să o facă. Dacă este un autoeclipsat și oferă și celălalt obraz, el urăște — în mod inconștient, cel puțin — acest mod de a proceda și se disprețuiește pentru aceasta; dar se teme atât de mult de propria-i agresivitate încât trebuie să meargă la extrema opusă și să se lase maltratat într-un fel sau altul.

O altă caracteristică ce și-a adus contribuția la definirea noțiunii de înclinație spre suferință (*propensity for suffering*) este tendința de a exagera sau de a dramatiza orice mâhnire sau durere. Este adevărat că suferința poate fi simțită și manifestată din motive ulterioare. Ea poate fi un apel la luarea în considerare sau la clemență; poate fi utilizată în mod inconștient în scopul exploatării; poate fi expresia unei dorințe de răzbunare refulate și folosită, așadar, ca mijloc de exorcizare a unor sancțiuni. Dar, din perspectiva constelației interioare, acestea sunt doar căi deschise nevroticului de a-și atinge anumite scopuri. Este de asemenea adevărat că adesea își raportează suferința la cauze false și că lasă astfel impresia că înoată pe nedrept în suferință. În felul acesta el

poate fi deznădăjduit, atribuind aceasta faptului că e „vinovat", pe când în realitate suferă din cauză că nu este imaginea sa idealizată. Sau se poate simți pierdut dacă este despărțit de ființa iubită, dar, deși atribuie acest sentiment iubirii sale profunde, în realitate — fiind sfâșiat în interiorul său — nu poate suporta existența de unul singur. Finalmente el își poate falsifica afectele și poate crede că suferă, pe când, în realitate, este plin de furie. O femeie, de exemplu, poate gândi că suferă când iubitul ei nu i-a scris la timpul stabilit, dar în realitate este furioasă pentru că dorește ca lucrurile să se petreacă exact așa cum se așteaptă sau pentru că se simte umilită de orice aparentă lipsă de atenție. Suferința, în acest caz, este în mod inconștient preferată recunoașterii furiei, iar nevroticul o face responsabilă de aceasta și o relifează, deoarece îi servește să ascundă duplicitatea implicată în întreaga relație. Din nici unul din aceste exemple, însă, nu poate fi trasă concluzia că nevroticul dorește să sufere. Ceea ce se exprimă este o simulare inconștientă a suferinței.

O altă deteriorare specifică este dezvoltarea unei *aroganțe inconștiente (unconscious arrogance)*. Repet că prin aceasta înțeleg arogarea de către cineva a unor calități imaginare sau posedate într-o mai mică măsură decât se pretinde, precum și clamarea inconștientă, pe această bază, a dreptului de a fi exigent și trufaș față de ceilalți. Orice aroganță nevrotică este inconștientă prin faptul că persoana în cauză nu-și dă seama de nici o falsă revendicare. Aici este de făcut distincție nu între aroganța conștientă și cea inconștientă, ci între cea evidentă și cea ascunsă în spatele hipermodestiei și al comportamentului conciliant. Deosebirea constă mai degrabă în măsura de agresiune admisibilă decât în măsura de aroganță existentă. Într-un caz persoana cere în mod deschis prerogative speciale, pe când în celălalt caz este șocată dacă acestea nu-i sunt acordate ca de la sine. Ceea ce lipsește în ambele cazuri este ceea ce am putea numi modestia realistă (*realistic humility*), adică recunoașterea — nu numai verbală, ci cu sinceritate emoțională — limitelor și imperfecțiunilor ființelor umane în general și ale propriei persoane

în special. Potrivit experienței mele, nici un pacient nu este dispus să creadă sau să audă că vreo mărginire i s-ar putea aplica. Lucrul acesta este adevărat mai ales în cazul pacientului cu o aroganță latentă. Acesta mai degrabă s-ar mustra fără milă că a pierdut din vedere ceva decât să admită, cu Sf. Pavel, că „cunoașterea noastră este fragmentară". El mai degrabă s-ar învinui că a fost neatent sau trândav decât să admită că nimeni nu poate fi la fel de productiv întotdeauna. Cel mai sigur simptom al aroganței latente este contradicția vizibilă dintre autoînvinuire, cu atitudinea sa conciliantă, și iritarea interioară față de orice critică sau neglijare venită din afară. Adesea se cere o observație minuțioasă spre a descoperi aceste sentimente supărătoare, deoarece tipul hipermodest se pare că le refulează. În realitate, însă, el poate fi la fel de pretențios ca orice persoană fățiș arogantă. Critica sa adresată celorlalți poate fi, de asemenea, nu mai puțin sarcastică, deși ceea ce apare la suprafață poate fi doar o autoeclipsantă admirație (*self-effacing admiration*). În secret, însă, el se așteaptă la aceeași perfecțiune din partea celorlalți ca și din partea sa, ceea ce înseamnă că este lipsit de un real respect față de individualitatea proprie celorlalți.

O altă problemă morală este *incapacitatea de a adopta o poziție hotărâtă (the inability to take a definite stand)* și *nesiguranța (undependability)*[5] care decurge de aici pentru ceilalți. Nevroticul ia rareori poziție în concordanță cu meritele obiective ale unei persoane, idei sau cauze, ci mai degrabă o face pe baza propriilor sale trebuințe emoționale. Cum însă acestea sunt contradictorii, o poziție poate fi lesne schimbată cu alta. De aceea mulți nevrotici sunt ușor făcuți să oscileze — în mod inconștient corupți, ca să zicem așa — de ispita unei afecțiuni mai mari, a unui prestigiu mai mare, de ispita recunoașterii, a puterii sau „libertății". Aceasta se aplică la toate relațiile lor personale, fie individuale, fie ca parte dintr-un grup. Adesea ei nu se pot implica în vreun sentiment sau opinie privind o altă persoană. Orice șuetă le poate schimba opinia. Orice dezamăgire sau dispreț, ori ceea ce este simțit ca atare, poate fi motiv pentru a o rupe cu „cel mai bun prieten". Orice dificultate poate transforma entuziasmul lor în

apatie. Își pot schimba vederile religioase, politice sau științifice ca urmare a unui atașament personal sau a unui resentiment. Într-o conversație privată pot să adopte o poziție, pentru ca apoi, sub presiunea aluzivă a unei autorități sau a unui grup, să renunțe la poziția lor, adesea fără a ști de ce și-au schimbat opinia și chiar fără a ști că au făcut-o.

Nevroticul poate evita în mod inconștient oscilarea vădită, fără a lua în primul rând o hotărâre, „stând la cotitură", lăsând deschisă orice alternativă. El poate raționaliza o asemenea atitudine, subliniind complicațiile reale ale situației, ori poate fi determinat de o „nepărtinire" compulsivă. Indiscutabil, avem de-a face cu o năzuință genuină de a fi cinstit. Este de asemenea adevărat că dorința conștientă de a fi cinstit face, în multe situații, dificilă adoptarea unei poziții clare. Dar cinstea poate fi o componentă compulsivă a imaginii idealizate, iar funcția sa este în acest caz să facă poziția nenecesară, permițându-i în același timp individului să se simtă „sfințit" și situat deasupra prejudiciilor luptei. Există în acest caz tendința de a crede că ambele puncte de vedere nu sunt în realitate atât de contradictorii sau că, în disputa dintre două persoane, dreptatea este de ambele părți. Este o pseudoobiectivitate care îl împiedică pe individ să recunoască soluții absolute în vreo problemă.

Există, în această privință, deosebiri mari între diferitele tipuri de nevroză. Cea mai mare integritate este de găsit la acei indivizi cu adevărat izolați, care se țin departe de vârtejul competiției și atașamentului nevrotic și nu sunt lesne corupți de „iubire" sau de ambiție. Drept urmare, atitudinea lor de spectatori ai vieții le permite o considerabilă obiectivitate în judecățile lor. Dar nu orice individ izolat poate adopta o poziție. Ei pot avea o aversiune atât de mare față de dispute sau față de angajarea personală, încât nici pe plan mental să nu ia o poziție clară, ci să o lase încurcată sau în cel mai bun caz să înregistreze binele și răul, valabilul și nevalabilul, fără a ajunge la vreo convingere proprie.

Tipul agresiv, pe de altă parte, pare a contrazice afirmația mea că, de regulă, nevroticul întâmpină dificultăți în adoptarea unei poziții. În special dacă este înclinat la corectitudine rigidă, el pare

a avea o capacitate extraordinară de a arbora opinii clare, spre a le apăra sau a se împăuna cu ele. Impresia, însă, este decepționantă. Când acest tip este hotărât, cel mai adesea este pentru că mai degrabă e încăpățânat decât pentru că are convingeri autentice. Deoarece ele servesc și la înăbușirea îndoielilor sale, opiniile vor avea adesea un caracter dogmatic și chiar fanatic. Mai mult, el poate fi ademenit de perspectiva puterii sau succesului. Încrederea pe care o inspiră se reduce la limitele puse de impulsul său către dominație și apreciere.

Atitudinea nevroticului față de *responsabilitate* poate fi confuză. Lucrul acesta se datorează în parte faptului că termenul ca atare are o diversitate de implicații. Acesta se poate referi la conștiinciozitatea în îndeplinirea îndatoririlor sau obligațiilor. Dacă nevroticul este responsabil în acest sens, lucrul acesta depinde de structura particulară a caracterului său, care nu este comună la toți nevroticii. Pentru unii responsabilitate poate însemna a se simți răspunzători de propriile acțiuni, în măsura în care îi afectează pe ceilalți; dar poate fi și un eufemism întru dominarea celorlalți. A-l socoti pe cineva responsabil când lucrul acesta implică asumarea vinei poate fi pur și simplu expresia furiei de a nu fi imaginea idealizată, în acest sens neavând nimic de-a face cu responsabilitatea.

Dacă ne este clară noțiunea de asumare a responsabilității de către cineva, vom înțelege că este greu, dacă nu imposibil, pentru un nevrotic și și-o asume. Aceasta înseamnă în primul rând recunoașterea faptului — față de sine și față de ceilalți — că cutare au fost intențiile, cuvintele sau acțiunile, precum și a faptului de a fi dispus să tragă consecințele. Este opusul minciunii și al aruncării vinei asupra altora. A-și asuma responsabilitatea în acest sens ar fi un lucru greu pentru nevrotic, deoarece, de regulă, el nu știe ce face și de ce procedează astfel, având un puternic interes subiectiv de a nu o ști. Tocmai de aceea el caută adesea să se furișeze, negând, uitând, minimalizând, substituind în mod inadvertent o motivație alteia, declarându-se neînțeles, creând confuzie. Și întrucât tinde să se excludă sau să se absolve pe sine,

este oricând gata să admită că soția, partenerul de afaceri, psihanalistul sunt responsabili de orice dificultate din viața sa. Un alt factor care contribuie frecvent la incapacitatea sa de a înțelege consecințele acțiunilor sale sau măcar de a le vedea este un sentiment latent de omnipotență, pe baza căruia el înțelege să facă tot ce-i place, așteptându-se să și reușească. A recunoaște inevitabilele consecințe i-ar risipi acest sentiment.

Un ultim factor, nu mai puțin relevant, poate fi definit drept incapacitate intelectuală de a gândi prin prisma cauzei și efectului. Nevroticul lasă de obicei impresia că este din naștere capabil să gândească doar prin prisma termenilor de greșeală și pedeapsă (*fault and punishment*). Aproape fiecare pacient simte că psihanalistul îl învinovățește, în timp ce în realitate el doar se confruntă cu dificultățile sale și cu consecințele acestora. În afara situației psihanalitice, nevroticul se poate simți ca un inculpat pus mereu sub acuzare și de aceea aflat mereu în defensivă. În realitate, este vorba de o exteriorizare de procese intrapsihice. După cum am văzut, sursa acestor suspiciuni și atacuri este propria imagine idealizată. Tocmai acest proces interior de acuzare și apărare, plus exteriorizarea acestuia, face pentru el aproape imposibilă concepereа unei relații cauză–efect care să-l privească. Acolo, însă, unde nu sunt implicate propriile-i dificultăți el poate fi la fel de lipsit de fantezie ca oricare altul. Dacă, pe stradă, îl udă ploaia, nu dă vina pe nimeni, ci acceptă legătura cauzală.

Când vorbim de asumarea de către cineva a responsabilității înțelegem, de asemenea, capacitatea de a susține ceea ce este considerat a fi drept și consimțământul de a trage consecințele dacă acțiunea sau decizia s-au dovedit a fi reale. Este un lucru greu de făcut în cazul în care individul e sfâșiat de conflicte. De partea cărei tendințe conflictuale interioare se va situa nevroticul? Nici una dintre ele nu-l reprezintă realmente. Va apăra, de fapt, doar imaginea sa idealizată. Aceasta, însă, nu permite posibilitatea răului. Prin urmare, dacă decizia sau acțiunea sa conduc la tulburare, el trebuie să falsifice starea de fapt și să atribuie altcuiva consecințele nefaste.

Un exemplu relativ simplu va ilustra această problemă. Un bărbat din fruntea unei organizații dorește cu înflăcărare putere

nelimitată și prestigiu. Nimic nu poate fi făcut sau decis fără el; nu-i putea delega pe alții să îndeplinească funcții care, în virtutea pregătirii lor speciale, puteau fi duse mai bine la capăt. Nu există, crede el, nimic care să nu poată fi făcut cel mai bine de către el însuși. Mai mult decât atât, nu dorește ca altcineva să se simtă sau să devină important. Așteptările lui față de sine se izbesc însă de limitele de timp și de energie. Dar bărbatul acesta deosebit nu dorește doar să domine: el este și îndatoritor și simte trebuința de a fi supraomenește de bun. Ca rezultat al conflictelor sale nerezolvate, el are toate simptomele pe care le-am descris: inerție, somnolență, indecizie, temporizare și, în consecință, nu-și poate organiza timpul. Și deoarece consideră punctualitatea la întâlniri ca pe o intolerabilă constrângere, trăiește în secret bucuria de a-i face pe oameni să aștepte. De asemenea, o mulțime de lucruri neimportante le face pur și simplu pentru că îi măgulesc vanitatea. În sfârșit, imboldul de a fi un bărbat devotat familiei îi consumă mult timp și imaginație. Firește, lucrurile nu merg prea bine în organizație; negăsindu-și însă nici un cusur, el dă vina pe ceilalți și pe vitregia împrejurărilor.

Care latură a personalității sale și-ar putea asuma responsabilitatea? Tendința sa de a domina, sau tendința de a se conforma, de a aplana lucrurile și de a intra în grațiile tuturor? Să începem prin a spune că el nu este conștient de nici una dintre aceste tendințe. Dar chiar dacă ar fi conștient, nu ar putea s-o susțină pe una și s-o excludă pe cealaltă, întrucât ambele sunt compulsive. Pe de altă parte, imaginea sa idealizată nu-i permite să vadă la sine altceva decât virtuți ideale și capacități nemărginite. De aceea nu-și poate asuma responsabilitatea pentru consecințe care decurg în mod inevitabil din conflictele sale. A-și asuma responsabilitatea ar însemna să fie absolut conștient de lucruri pe care ține atât de mult să și le ascundă.

În general vorbind, nevroticul este cât se poate de puțin dispus — în mod inconștient — de a-și asuma responsabilitatea pentru consecințele acțiunilor sale. El închide ochii până și la cele mai evidente dintre ele. Incapabil să-și înlăture conflictele, el stăruie — însă în mod inconștient —, din toate puterile, să le învingă.

Consecințele, crede el, sunt opera celorlalți, pentru dânsul ele nu există. Trebuie, așadar, să evite orice recunoaștere a legilor cauzei și efectului. Dacă n-ar face-o, ele i-ar putea da o lecție formidabilă. I-ar demonstra într-un mod ușor de înțeles că sistemul său de viață nu funcționează, că, în pofida șireteniei și artificiilor sale inconștiente, el nu poate pune în mișcare legile care operează în psihicul nostru cu aceeași inexorabilitate ca și în sfera fizică[6].

De fapt, întregul subiect al responsabilității prezintă prea puțin interes pentru dânsul. El vede — sau mai degrabă simte vag — doar aspectele sale negative. Ceea ce nu vede, dar învață să aprecieze numai cu timpul, este că, întorcând responsabilității spatele, își apără cu ardoare aspirațiile la independență. Speră să ajungă la independență prin excluderea sfidătoare a oricărei îndatoriri, pe când, în realitate, asumarea responsabilității pentru sine și față de cineva este o condiție indispensabilă a libertății interioare reale.

Spre a nu recunoaște că problemele și suferința sa își au obârșia în dificultățile sale interioare, nevroticul recurge la una dintre cele trei stratageme, iar adesea la toate trei. Exteriorizarea poate fi aplicată cu prisosință în acest scop, caz în care totul — de la hrană, climat, constituție până la părinți, soție sau destin — este făcut vinovat pentru o anumită calamitate. Sau poate adopta atitudinea conform căreia, el nefiind cu nimic vinovat, este inechitabil să i se întâmple vreo nenorocire. Este inechitabil ca el să cadă bolnav, să îmbătrânească sau să moară, să aibă o căsătorie nefericită, să aibă un copil-problemă sau munca sa să fie nerăsplătită. Acest mod de a gândi, care poate fi conștient sau inconștient, este de două ori eronat, eliminând nu numai contribuția proprie la dificultățile sale, dar și factorii independenți de dânsul, care au o implicație în viața sa. Cu toate acestea, el are o logică a sa. Este gândirea tipică a unui individ izolat, centrată exclusiv pe sine și al cărui egocentrism face cu neputință pentru el să se vadă doar ca pe o mică verigă dintr-un lanț mai mare. El pur și simplu ia drept de la sine înțeles faptul că trebuie să scoată toate bunurile vieții, la timpul potrivit,

dintr-un sistem social dat, dar nu-i place să fie legat cu ceilalți la bine sau la rău. De aceea nu poate înțelege de ce trebuie să sufere de ceva în care nu a fost personal implicat.

Cea de a treia stratagemă este legată de refuzul nevroticului de a recunoaște relația cauză–efect. Consecințele apar în mintea sa ca evenimente izolate, nelegate de sine sau de dificultățile sale. O depresie sau o fobie, de exemplu, par să coboare asupra lui din cer. Desigur, lucrul acesta se poate datora ignoranței în materie de psihologie sau lipsei spiritului de observație. Dar în psihanaliză putem vedea că pacientul manifestă cea mai puternică rezistență în ceea ce privește luarea la cunoștință a unor conexiuni impalpabile. El poate rămâne incredul sau le poate uita; sau poate intui că psihanalistul, în loc să înlăture în cel mai scurt timp tulburările supărătoare — pentru care pacientul a apelat la dânsul —, dă „vina" pe dânsul și iese cu dibăcie cu fața curată. Astfel, un pacient se poate familiariza cu factori ce țin de inerția sa, dar nu înțelege faptul evident că aceasta nu frânează doar psihanalizarea sa, ci tot ceea ce face el. Un altul poate fi conștient de comportamentul său agresiv-înjositor la adresa semenilor, dar nu poate înțelege de ce are adesea certuri și este antipatizat. Că aceste neajunsuri există în el este un lucru bine stabilit, dar problemele sale reale de zi cu zi sunt cu totul altceva. Această separare a tulburărilor sale interioare de efectele lor în viața sa este una din cauzele principale ale întregii tendințe de compartimentare (*tendency to compartmentalize*).

Rezistența împotriva recunoașterii consecințelor atitudinilor și impulsiilor nevrotice este în cea mai mare parte profund tăinuită și poate fi ușor trecută cu vederea de către psihanalist, din bunul motiv că pentru el conexiunea este cu totul evidentă. Lucrul acesta nu este de bun augur, întrucât dacă pacientul nu devine conștient de faptul că închide ochii în fața consecințelor, cât și de motivele pentru care o face, el nu va înțelege în ce măsură își strânjenește propria-i viață. Conștientizarea consecințelor (*awareness of consequences*) este cel mai puternic factor curativ în psihanaliză, prin faptul că imprimă în spiritul pacientului ideea că numai schimbând anumite lucruri din interiorul său poate ajunge cândva la libertate.

Dacă nevroticul nu poate fi făcut răspunzător de subterfugii, de aroganță, de egocentrism, de sustragere de la responsabilitate, mai putem discuta câtuși de puțin în termenii moralei? Se va argumenta că, întocmai ca medicii, trebuie să ne intereseze boala pacientului și cura, morala sa nefiind domeniul nostru. Se va sublinia că marele merit al lui Freud a fost acela de a înfrânge atitudinea „moralistă", pentru care se pare că eu pledez!

Asemenea argumente sunt considerate științifice; dar oare sunt ele tenabile? Putem noi exclude din problematica umană judecățile despre comportament ca fiind bun și rău? Dacă psihanaliștii decid ce necesită examinare psihanalitică și ce nu, nu procedează ei tocmai pe baza judecăților pe care în mod conștient le resping? În astfel de judecăți implicite există, însă, un pericol: ele pot fi făcute pe o bază fie prea subiectivă, fie pe una prea tradițională. Astfel, un psihanalist poate crede că flirtul practicat de bărbat nu are nevoie de psihanaliză, pe când cochetăria femeii da. Ori, dacă el crede într-o viață deșănțată, generată de impulsii sexuale, poate decide că fidelitatea, fie la bărbat, fie la femeie, are nevoie de psihanalizare. În realitate, judecățile ar trebui făcute pe baza nevrozei particulare a pacientului. Problema asupra căreia se cere luată decizia este aceea dacă atitudinea asumată de pacient are consecințe dăunătoare pentru dezvoltarea sa și pentru relațiile cu semenii. Dacă are, înseamnă că este în neregulă și trebuie atacată. Motivația concluziilor psihanalistului trebuie în mod explicit expusă pacientului, spre a-l face capabil să-și facă propria opinie în legătură cu problema. În definitiv, argumentele de mai sus nu conțin, oare, aceeași eroare ca în raționamentul pacientului, anume că morala este pur și simplu o problemă de judecată și nu în primul rând un fapt legat de consecințe? Să luăm drept exemplu aroganța nevrotică. Aceasta există ca fapt real, indiferent dacă pacientul este sau nu responsabil de ea. Psihanalistul crede că aroganța este pentru pacient o problemă de a recunoaște și, în cele din urmă, de a învinge. Trebuie să-și asume această atitudine critică pentru că, la Școala duminicală, a învățat că trufia este un păcat, iar modestia o virtute? Sau judecata sa este determinată de faptul că aroganța este nerealistă și are consecințe păgubitoare,

suportate în mod inevitabil de către pacient, indiferent de responsabilitatea sa? Consecințele, totuși, în cazul aroganței blochează cunoașterea de sine a pacientului și zădărnicește în felul acesta dezvoltarea sa. Așadar, pacientul arogant este înclinat să fie inechitabil față de semeni, ceea ce, iarăși, nu rămâne fără repercusiuni, nu pur și simplu predispunându-l la ciocniri cu ceilalți, ci înstrăinându-l de oameni în general. Ceea ce îi agravează nevroza. Dat fiind faptul că morala pacientului rezultă parțial din nevroza sa și contribuie la persistența acesteia, psihanalistul nu are altceva de făcut decât să se intereseze de ea.

NOTE

[1] William James, *Memories and Studies*, Longmans, Green, 1934.

[2] *„în Zen Buddhist writings sincerity is equated with wholeheartedness"*, în textul original. (Nota trad.)

[3] D.T. Suzuki, *Zen Buddhism and Its Influence on Japanese Culture*, The Eastern Buddhist Society (Kyoto), 1938.

[4] Cf. Karen Horney, *Self-Analysis*, ed. cit., cap. 8, Morbid Dependency.

[5] *„undependability"*, în textul original. (Nota trad.)

[6] Cf. Lin Yutang, *Between Tears and Laughter*, ed. cit. În capitolul despre „Karma", autorul își exprimă uimirea față de lipsa de înțelegere a acestor legi psihice în civilizația occidentală.

Capitolul 11

DISPERAREA

În pofida conflictelor sale, nevroticul poate fi uneori fericit, bucurându-se de lucruri pe care le găseşte în armonie cu sine însuşi. Dar această fericire depinde de mult prea multe condiţii ca să fie un caz frecvent. El nu va gusta plăcerea decât dacă, de exemplu, este singur, sau dacă o împarte cu altcineva; dacă este factorul care domină situaţia. Şansele sale în această privinţă se reduc prin faptul că fericirea sa este foarte adesea rezultatul unor condiţii contradictorii. Nevroticul poate fi bucuros ca alt individ să preia conducerea, dar în acelaşi timp se simte iritat de faptul acesta. O femeie se poate bucura de succesul soţului ei, dar îl poate şi invidia. Ea poate fi fericită să dea o petrecere, dar poate dori ca totul să fie atât de perfect încât cade epuizată înainte ca petrecerea să înceapă. Iar când nevroticul îşi găseşte temporar fericirea, el este mult prea lesne tulburat de multiplele sale vulnerabilităţi şi angoase.

De altfel, întâmplările nefericite, de felul acelora care au loc în viaţa fiecăruia, capătă în spiritul său proporţii exagerate. Orice eşec minor îl poate cufunda în depresie, dovedindu-i nevrednicia, chiar dacă eşecul se datorează unor factori dincolo de controlul său. Orice observaţie critică inofensivă îl poate necăji sau melancoliza etc. Drept urmare, nevroticul este mai nefericit şi mai nemulţumit decât ar justifica-o circumstanţele.

Această situaţie, destul de rea, este agravată de noi considerente. Fiinţele umane pot suporta în mod vizibil uimitor de multă suferinţă atâta timp cât există speranţa; dar încurcăturile nevrotice generează în mod invariabil multă disperare şi, cu cât mai serioase sunt încurcăturile, cu atât mai mare este disperarea. Ea poate fi adânc îngropată: la suprafaţă nevroticul poate fi preocupat de imaginea şi plăsmuirea unor condiţii care să îndrepte lucrurile spre bine. Dacă ar fi căsătorit, dacă ar avea un apartament mai spaţios, dacă ar avea un alt şef la locul de muncă, dacă ar avea o altă soţie, dacă ar fi ceva mai în vârstă sau ceva mai tânăr, ceva mai înalt sau nu atât de înalt –, atunci totul ar fi în regulă. Uneori eliminarea anumitor factori neliniştitori se dovedeşte realmente utilă. Cel mai adesea, însă, asemenea speranţe pur şi simplu exteriorizează dificultăţi interioare şi sunt sortite să eşueze în deziluzie. Nevroticul aşteaptă o lume mai bună în urma unor schimbări exterioare, dar în mod inevitabil el şi nevroza sa sunt aceiaşi în orice situaţie nouă.

Speranţa care se bazează pe lumea din afară este, firește, mai prevalentă la tineri; este una din cauzele pentru care psihanalizarea adolescenţilor este mai puţin simplă decât ne-am putea aştepta. Pe măsură ce oamenii îmbătrânesc şi o speranţă după alta se ofilește, ei sunt din ce în ce mai dispuşi să se *autoexamineze* ca posibilă sursă de durere şi suferinţă.

Chiar şi atunci când sentimentul de disperare este inconştient, existenţa şi intensitatea sa pot fi deduse din diferite simptome. Pot exista în biografia individului întâmplări care arată că reacţia acestuia la decepţie are o intensitate şi o durată cu totul disproporţionate faţă de cauză. Astfel, putem întâlni o disperare totală ca rezultat vizibil al unei iubiri neîmpărtăşite în adolescenţă, ca urmare a trădării din partea unui prieten, a destituirii nedrepte, a eşecului la un examen. Bineînţeles, se impune în primul rând să cercetăm ce motive speciale ar putea determina o reacţie atât de profundă. Dar, mai presus de orice motiv special, vom descoperi că nefericita întâmplare generează mult prea multă disperare. În mod similar, obsesia morţii sau apariţia bruscă a ideii de sinucidere — cu sau fără zguduire afectivă — demonstrează o

disperare profundă, chiar dacă individul prezintă o fațadă de optimism (*a façade of optimism*). Ireverențiozitatea, refuzul de a lua lucrurile în serios — fie în cadrul situației psihanalitice, fie în afara ei — este un alt simptom, la care se adaugă imediata descurajare în fața unei dificultăți. Se include aici mult din ceea ce Freud a definit drept reacție terapeutică negativă. Uneori aceasta este ca și cum pacientul nu ar avea încredere în sine în sensul biruirii unei anumite dificultăți. În aceste condiții nu poate fi decât logic pentru dânsul să se plângă că o intuiție specială îl face să se înspăimânte, simțindu-se răscolit de psihanalist. Preocuparea privind prevederea sau prorocirea viitorului este, de asemenea, un semn de disperare. Deși după aparențe s-ar părea că avem de-a face cu o anxietate privind viața în general, lipsa de pregătire, greșelile făcute, se va observa că în asemenea cazuri în mod invariabil perspectiva este pesimistă. Ca și Casandra, mulți nevrotici prevăd în general răul, rareori binele. Această focalizare de preferință asupra părții întunecate a vieții ne poate face să suspectăm o profundă disperare personală, indiferent de cât de inteligent este ea raționalizată. În ultimă analiză este vorba de o stare de depresie cronică, stare ce poate fi atât de mascată sau de insidioasă, încât să nu frapeze ca depresie. Indivizii astfel afectați pot să funcționeze destul de bine. Ei pot fi glumeți, senini, dar le pot lua ore întregi trezirea și sculatul din pat dimineața, reintrarea, ca să zicem așa, în angrenajul vieții. Viața este o atât de constantă povară, încât ei abia dacă o simt ca atare și nu se plâng de lucrul acesta. Dar spiritul lor este în permanență la ananghie.

În timp ce sursele disperării sunt întotdeauna inconștiente, sentimentul ca atare poate fi destul de conștient. Un individ poate avea un pătrunzător simț al destinului. Sau poate adopta o atitudine resemnată față de viață în general, neașteptând nimic bun de la ea, pur și simplu simțind că viața trebuie suportată. Sau se poate exprima în termeni filosofici, spunând de fapt că viața este esențialmente tragică și că numai neghiobii se amăgesc cu privire la destinul imuabil al omului.

Încă din convorbirea preliminară, putem avea o impresie referitoare la disperarea pacientului. El nu va fi dispus să facă nici cel mai mic sacrificiu, să sufere cea mai mică neplăcere, să-și asume cel mai neînsemnat risc. Poate lăsa impresia, pe de altă parte, că este prea îngăduitor cu sine. Fapt este însă că el nu vede nici un motiv să facă sacrificii, din moment ce nu așteaptă nimic bun de la ele. Atitudini similare pot fi văzute și în afara psihanalizei. Oamenii se complac în situații cu totul nesatisfăcătoare, deși acestea ar putea fi îmbunătățite cu puțin efort și puțină inițiativă. Dar individul poate fi atât de paralizat de disperarea sa, încât dificultățile moderate să i se pară obstacole insurmontabile.

Uneori o remarcă întâmplătoare poate aduce la suprafață această stare. Un pacient îi poate răspunde psihanalistului pur și simplu susținând că o anumită problemă nu este încă rezolvată și că se cere mai multă prelucrare a întrebării: Nu crezi că situația este disperată? Iar când devine conștient de disperarea sa, de obicei nu și-o poate explica. O va atribui celor mai diferiți factori externi, începând cu serviciul sau căsătoria și terminând cu situația politică. Aceasta, însă, nu se datorează vreunei circumstanțe concrete. El se simte disperat, indiferent de ceea ce face în viață și oricât de fericit sau de liber ar fi. Se simte pentru totdeauna exclus de la tot ceea ce i-ar putea face viața plină de sens.

Poate că Sören Kierkegaard a dat cel mai profund răspuns în această privință. În *The Sickness unto Death*[1] el spune că orice disperare este esențialmente disperarea de a fi noi înșine. Filosofii din toate timpurile au subliniat semnificația pivotală a identității noastre (*being ourselves*) și disperarea care însoțește sentimentul că ești împiedicat să fii tu însuți. Este tema centrală a scrierilor budismului Zen. Dintre autorii moderni, îl citez doar pe John Macmurray: „Ce altă semnificație poate avea existența noastră decât aceea de a fi în întregime noi înșine?"[2]

Disperarea este produsul final al conflictelor nerezolvate, care își are rădăcina în lipsa de speranță de a fi vreodată sincer și nedivizat. La această condiție duce proliferarea și agravarea dificultăților nevrotice. La baza disperării stă sentimentul de a fi

prins în conflicte ca o pasăre în plasă, fără nici o posibilitate de a ieși vreodată din capcană. În prim-plan se situează tentativele de soluționare, care nu numai că eșuează, dar duc la crescânda alienare de sine a persoanei. Trăirea repetată a eșecului intensifică disperarea, fie din cauză că duce în permanență la risipirea energiilor în prea multe direcții, fie din cauză că dificultățile care apar în orice proces creator sunt suficiente ca să-l împiedice pe individ să facă noi eforturi. Lucrul acesta se întâmplă atât în relațiile amoroase, cât și în cele matrimoniale sau de amiciție, care se spulberă rând pe rând. Asemenea eșecuri repetate sunt la fel de descurajante ca și tentativele șobolanilor de laborator condiționați să sară într-o anumită gaură, pe care mereu o găsesc blocată.

Avem, pe de altă parte, încercarea realmente disperată de a se măsura cu imaginea idealizată. Probabil că această încercare este factorul cel mai puternic dintre cei care produc disperarea. Nu se pune însă problema ca în cura psihanalitică disperarea să capete contur deplin atunci când pacientul devine conștient de faptul că el este departe de a fi persoana neasemuit de perfectă pe care o vede în imaginația sa. El se simte lipsit de speranță nu numai pentru că nu vede cum ar atinge vreodată acele înălțimi fantastice, ci mai degrabă pentru că răspunde la încercările de realizare cu un profund dispreț de sine, păgubitor pentru orice tentativă de a izbuti ceva, fie în dragoste, fie în muncă.

Un rol decisiv în rândul factorilor care contribuie la instalarea disperării au toate procesele care determină strămutarea în afara sa a centrului de greutate al individului, ceea ce îl face să înceteze de a mai fi forța motrice activă a vieții sale. Rezultatul este că își pierde încrederea în sine și în dezvoltarea sa ca ființă umană; el tinde să abandoneze, atitudine care, deși pare să treacă neobservată, este destul de gravă prin consecințele sale, așa încât să fie numită moarte psihică (*psychic death*). Așa cum spune Kierkegaard: „... în pofida faptului [disperării sale]... el poate totuși... să fie perfect capabil să-și continue viața, să fie un om care, pe cât pare, se ocupă de lucrurile lumești, se căsătorește, procreează, dobândește onoare și stimă — și probabil că nimeni nu observă că, în deplinul sens al cuvântului, el este lipsit de Eu.

Dar de un asemenea lucru nu se face prea mare caz în lume; căci Eul este un lucru despre care lumea este cel mai puțin aptă să se intereseze, lucrul cel mai periculos dintre toate pentru ca un om să-i lase pe ceilalți să observe că îl are. Cel mai mare pericol, acela al pierderii propriului Eu, poate avea loc atât de pe tăcute de parcă nu s-ar întâmpla nimic; orice altă pierdere, aceea a unui braț, a unei bancnote de cinci dolari, a soției etc. este în mod cert luată în seamă"[3].

Din experiența mea de *supervisory work*[4] știu că problema disperării este adesea confuză pentru psihanalist care, de aceea, nu se ocupă de ea în mod adecvat. Unii dintre colegii mei erau copleșiți de disperarea pacientului — pe care o sesizau, dar nu o percepeau ca problemă —, încât ei înșiși deveneau disperați. Această atitudine este desigur fatală pentru psihanaliză întrucât, indiferent de cât de bună este tehnica și de cât de mare este efortul, pacientul simte că de fapt psihanalistul l-a abandonat. Același lucru este valabil și în afara situației psihanalitice. Nimeni nu poate fi prieten sau camarad în mod constructiv util dacă nu crede în posibilitatea ca tovarășul său să-și realizeze pe deplin propriile-i potențialități.

Uneori colegii mei au făcut greșeala inversă, neluând îndeajuns de în serios disperarea pacientului. Ei sesizau că pacientul avea nevoie de încurajare și îl încurajau — ceea ce este lăudabil —, dar cu totul insuficient. Când lucrul acesta se întâmplă, pacientul, chiar dacă apreciază bunele intenții ale psihanalistului, are deplină justificare să fie supărat pe el, din moment ce în adâncul său știe că disperarea sa nu este o dispoziție care să poată fi risipită prin încurajări bine intenționate.

Spre a lua taurul de coarne și a ataca problema în mod direct, este necesar în primul rând să se recunoască, din simptome indirecte ca acelea arătate mai sus, că pacientul este disperat și măsura în care el se simte astfel. Apoi trebuie înțeles faptul că disperarea sa este pe deplin justificată de încurcăturile sale nevrotice. Psihanalistul trebuie să înțeleagă și să-i comunice

explicit pacientului că situația sa este disperată numai în măsura în care *statu quo*-ul[5] persistă și este privit ca imuabil. Într-o formă simplificată, întreaga problemă este ilustrată într-o scenă din *Livada de vișini* a lui Cehov. Familia, în fața falimentului, trăiește disperarea la ideea că trebuia să-și părăsească proprietatea, cu îndrăgita livadă de vișini. Un om de afaceri dă celor din familie sănătoasa sugestie de a construi mici case de închiriat pe o parte din proprietate. Cu mintea lor mărginită, ei nu privesc cu ochi buni un astfel de proiect și, cum nu este altă soluție, rămân disperați, întrebând, ca și cum n-ar fi auzit sugestia, dacă nimeni nu-i poate sfătui sau ajuta. Dacă mentorul ar fi fost un bun psihanalist, el le-ar fi putut spune: „Fără îndoială că situația e dificilă. Dar ceea ce o face disperată este atitudinea voastră față de ea. Dacă ați lua în considerare schimbarea pretențiilor voastre față de viață, nu ar fi deloc nevoie să vă simțiți disperați."

Credința că pacientul se poate realmente schimba, ceea ce înseamnă că el își poate rezolva cu adevărat conflictele, este factorul care îl determină sau nu pe terapeut să cuteze să atace problema și să o poată face cu o șansă de succes rezonabilă. Tocmai aici apar cu claritate deosebirile mele față de Freud. Psihologia lui Freud și filosofia subiacentă sunt în esența lor pesimiste. Lucrul acesta este vizibil în concepția sa privind viitorul umanității[6], precum și în atitudinea sa față de terapie[7]. Date fiind premisele sale teoretice, de altfel, el nu poate fi decât pesimist. Omul este condus de instincte care în cel mai bun caz sunt doar modificate prin „sublimare". Impulsiile sale instinctuale întru satisfacție sunt în mod inevitabil frustrate de societate. „Eul" său este iremediabil azvârlit între impulsiile instinctuale și „Supraeu", singurul care poate fi modificat. Supraeul este în primul rând prohibitiv și distructiv. Idealuri autentice nu există. Dorința de împlinire personală este „narcisică". Omul este de la natură distructiv, iar „instinctul morții" îl împinge să-i distrugă pe ceilalți sau să sufere. Toate aceste teorii lasă prea puțin spațiu pentru o atitudine pozitivă față de schimbare și limitează valoarea terapiei potențial perfecte pusă la punct de Freud. Dimpotrivă, eu cred că tendințele compulsive din nevroze nu sunt instinctuale, ci își au originea în

perturbarea relațiilor umane; că ele pot fi schimbate când aceste relații se ameliorează și că pot fi rezolvate și conflictele care au o asemenea origine. Aceasta nu înseamnă că terapia bazată pe principiile susținute de mine nu are limitele ei. Mai rămân încă multe de făcut până când vom determina clar aceste limite. Dar aceasta înseamnă că avem motive bine întemeiate de a crede în posibilitatea unei schimbări radicale.

De ce, așadar, este atât de important să identificăm și să atacăm disperarea pacientului? Această abordare este în primul rând valoroasă în abordarea unor probleme speciale cum sunt depresiile și tendințele de suicid. Putem, este adevărat, să suprimăm o depresie individuală prin simpla descoperire a conflictelor particulare în care este prins pacientul, fără a atinge disperarea sa generală (*his general hopelessness*). Dar dacă dorim să prevenim depresiile recurente, ea trebuie atacată, deoarece disperarea este sursa profundă din care emană depresiile. Nici depresia cronică insidioasă nu o putem trata fără a merge la sursa ei autentică.

Aceleași lucruri sunt adevărate în ceea ce privește situațiile suicidale. Știm că factori ca disperarea acută, sfidarea și spiritul de vindictă conduc la impulsuri suicidale; dar adesea este prea târziu să previi suicidul după ce impulsul a devenit manifest. Acordând atenție celor mai mici semne dramatice de disperare și tratând problema cu pacientul, la timpul potrivit, ar putea duce la prevenirea multor sinucideri.

O importanță mai generală are faptul că disperarea pacientului constituie un obstacol în cura oricărei nevroze severe. Freud era înclinat să numească *rezistența* orice împiedică progresul curei pacientului. Cu greu am putea privi disperarea în această lumină. În psihanaliză avem de-a face cu o dialectică a forțelor contrare, retardatoare și propulsive, cu rezistență și stimulare. Rezistență este un termen colectiv pentru toate forțele din interiorul pacientului care operează în sensul menținerii *statu quo*-ului. Stimulentul său, pe de altă parte, este produs de energia constructivă care îl împinge spre libertatea interioară. Este forța motrice care ne pune în mișcare și fără de care nu am fi în stare de nimic. Este forța care îl ajută pe pacient să învingă rezistența. Aceasta face ca

asociațiile sale să fie productive, dându-i psihanalistului șansa de a-l înțelege mai bine. Aceasta îi dă puterea interioară de a suporta inevitabila durere a maturizării (*pain of maturing*). Aceasta îl face dispus să-și asume riscul abandonării atitudinii care i-a dat sentimentul de securitate și îl determină să pășească în necunoscutul noii atitudini față de sine și față de ceilalți. Psihanalistul nu-l poate târî pe pacient în acest proces; pacientul însuși trebuie să vrea să meargă. Tocmai această forță inestimabilă este paralizată de starea de disperare. Iar dacă nu o diagnostichează și nu o atacă, psihanalistul se lipsește el însuși de cel mai bun aliat în bătălia contra nevrozei pacientului.

Disperarea pacientului nu este o problemă ce poate fi rezolvată prin vreo interpretare unică. Se și obține un câștig substanțial dacă, în loc de a se lăsa copleșit de un sentiment al destinului, privit ca imuabil, pacientul începe să recunoască faptul că e o problemă ce poate fi până la urmă rezolvată. Acest pas îl eliberează suficient încât să meargă înainte. Vor fi, desigur, urcușuri și coborâșuri. De fiecare dată problema trebuie atacată din nou. Influența disperării asupra pacientului se va atenua pe măsură ce el înțelege că se poate realmente schimba. Stimulentul său va crește în mod corespunzător. La începutul psihanalizării acesta se poate limita la simpla dorință de a se descotorosi de cele mai supărătoare simptome, dar capătă putere pe măsură ce pacientul devine tot mai conștient de cătușele sale și simte gustul libertății.

NOTE

[1] Sören Kierkegaard, *The Sickness unto Death*.

[2] John Macmurray, *Reason end Emotion*, Appleton-Century, 1938.

[3] Sören Kerkegaard, *op. cit.*

[4] Între 1934 și 1949, Karen Horney a făcut parte din personalul didactic al Institutului Psihanalitic din New York, ocupându-se deci de formarea profesională a psihanaliștilor. (Nota trad.)

[5] În limba latină, în textul original = starea existentă în momentul respectiv. (Nota trad.)

[6] Sigmund Freud, „Civilization and its Discontents", *International Psychoanalytical Library*, vol. XVII, Leonard and Virginia Woolf, 1930.

[7] Sigmund Freud, „Analysis Terminable and Interminable", *International Journal of Psychoanalysis*, 1937.

Capitolul 12

TENDINȚE SADICE

Indivizi prinși în gheara disperării nevrotice reușesc, într-un fel sau altul, să o „scoată la capăt". Dacă forța lor creatoare nu a fost prea tare prejudiciată de nevroză, ei sunt destul de capabili să se resemneze în mod conștient la starea vieții lor personale, concentrându-și eforturile în domeniul în care pot fi productivi. Se pot implica în mișcarea socială sau religioasă sau în activitatea unei organizații. Munca lor poate fi utilă; faptul că sunt lipsiți de avânt poate să fie răscumpărat de faptul că nu au de apărat interese personale.

Alții, adaptându-se la cadrul lor deosebit de viață, caută pur și simplu să-și îndeplinească obligațiile, fără a problematiza. John Marquand zugrăvește acest mod de viață în *So Little Time*. Este, cred, ceea ce Erich Fromm[1] descrie drept stare „deficitară" (*„defect" condition*) — , diferită de nevroză. Eu, însă, o interpretez ca pe rezultatul procesului nevrotic. Pe de altă parte, ei pot renunța la orice aspirație înaltă, situându-se la periferia vieții, încercând să-i smulgă o oarecare satisfacție, lăsându-se în vreun hobby sau în plăceri incidentale: gastronomie, chefuri conviviale, combinații sexuale minore. Sau se lasă să plutească în derivă, deteriorându-se, dezagregându-se. Incapabili de vreo muncă stăruitoare, se apucă de băut, jocuri de noroc, prostituție. Alcoolismul descris de Charles Jackson în *The Lost Week-End* ar reprezenta un ultim

stadiu al unei asemenea stări. Din această perspectivă, ar fi interesant să examinăm dacă determinarea inconștientă a descompunerii nu are o importantă contribuție psihică la boli cronice cum sunt tuberculoza și cancerul.

În sfârșit, persoanele lipsite de speranță se pot arăta distructive, dar în același timp fac o încercare de restabilire printr-un mod de viață prin delegație (*by living vicariously*). Aceasta este, după părerea mea, semnificația tendințelor sadice.

Deoarece Freud considera că tendințele sadice sunt instinctuale, interesul psihanalitic a fost în mare măsură focalizat pe așa-numitele perversiuni sadice. Modelele sadice în orice relație, deși neignorate, nu au fost definite strict. Orice fel de comportament agresiv este conceput drept modificare sau sublimare a tendințelor sadice instinctuale. Freud, de exemplu, privea aspirația către putere ca fiind o astfel de sublimare. Este adevărat că năzuința către putere poate fi sadică; dar la persoana care privește viața ca pe o luptă a tuturor împotriva tuturor aceasta poate reprezenta pur și simplu o luptă pentru supraviețuire. Într-adevăr, nu trebuie să fie nicidecum nevrotică. Rezultatul lipsei de discernământ este că nu avem nici un tablou comprehensiv al formelor pe care le pot lua atitudinile sadice și nici criterii precise cu privire la ceea ce este sadic. Revine în bună măsură intuiției individuale să determine în mod corect ceea ce poate și ceea ce nu poate fi sadism, o situație care cu greu poate conduce la o observație judicioasă.

Simplul act de a-i lovi pe ceilalți nu este în sine semn de tendință sadică. Un om poate fi angajat într-o luptă de importanță personală sau generală, în cursul căreia are de lovit nu numai în adversari, ci și în asociați. Ostilitatea față de ceilalți poate fi pur reactivă. Un individ se poate simți lovit sau înfricoșat și dorește să riposteze cu o forță care, deși disproporționată față de provocarea obiectivă, este în mod subiectiv cu totul de înțeles. Este însă ușor să induci în eroare pe cineva în această privință: mult prea adesea este invocată o reacție legitimă, pe când, în realitate, e în joc o tendință sadică. Dar faptul că este greu să faci distincție între una și cealaltă nu înseamnă că ostilitatea reactivă nu există. Tipul

agresiv face uz de multiple tactici ofensive, crezând că luptă pentru supraviețuire. Nu aș numi sadice toate aceste agresiuni; unele pot să provoace vătămări, dar vătămarea sau rănirea este un inevitabil produs secundar mai degrabă decât o intenție primară. Simplificând, am putea spune că deși natura acțiunii la care ne referim aici este agresivă sau chiar ostilă, ea nu este săvârșită cu o intenție josnică. Nu există satisfacție conștientă sau inconștientă derivată din însuși faptul vătămării.

Să examinăm, în contrast cu acestea, unele atitudini sadice tipice. Le putem observa cel mai bine la indivizi cu totul neinhibați în manifestarea tendințelor lor sadice față de semeni, fie că sunt sau nu conștienți de aceste tendințe. Când, în cele ce urmează, vorbesc de un individ sadic, înțeleg un individ ale cărui atitudini față de ceilalți sunt predominant sadice.

O asemenea persoană poate dori să-i *înrobească* pe ceilalți, în special să-și înrobească partenerul. „Victima" sa trebuie să fie sclavul supraomului, o creatură nu numai lipsită de dorințe, de sentimente sau de inițiativă, ci care totodată nu are nici o pretenție față de stăpân. Această tendință poate lua forma modelării sau educării victimei, așa cum profesorul Higgins din *Pygmalion*[2] o modelează pe Eliza. În cazul cel mai bun, lucrul acesta poate avea unele aspecte constructive, ca în raporturile părinți–copii sau profesori–elevi. Câteodată acest aspect prevalează în relațiile sexuale, în special dacă partenerul sadic este mai în vârstă. Uneori este bătător la ochi în relațiile homosexuale dintre un bărbat mai în vârstă și unul mai tânăr. Dar chiar și aici coarnele diavolului se vor arăta numai dacă sclavul dă semne de independență, înțelegând să aibă prieteni sau interese proprii. În mod frecvent, deși nu invariabil, stăpânul manifestă o gelozie posesivă și face uz de ea ca de un mijloc de tortură. Specific pentru acest fel de relații sadice este faptul că a avea influență asupra victimei *este de un mai mare interes decât însăși propria-i viață*. El își va neglija cariera, va renunța la plăcerile sau avantajele întâlnirii altor persoane decât să-i permită partenerului vreo manifestare de independență.

Modurile în care partenerul este înrobit sunt caracteristice. Ele variază doar într-o măsură relativ limitată și depind de structura personalității amândurora. Individul sadic îi va da partenerului exact atât cât acestuia să i se pară că relația merită osteneala din partea sa. El va satisface unele dintre trebuințele partenerului, deși rareori mai mult decât să-l mențină — din punct de vedere psihologic — la nivelul de subzistență minim. Și va căuta să-i atragă atenția asupra calității unice a ceea ce dă. Nimeni, va stărui el, nu-i va putea arăta atâta înțelegere, nu-l va sprijini, nu-i va produce atâta satisfacție sexuală și nu-i va trezi asemenea interes, nimeni nu se va acomoda atât de bine cu dânsul. Pe de altă parte, îl poate influența cu momeala unor timpuri mai bune, promițându-i, implicit sau explicit, dragoste sau căsătorie, un statut financiar mai ridicat sau un tratament mai bun. Uneori va pune accentul pe propria sa trebuință de partener și va face apel la dânsul în această privință. Toate aceste tactici sunt cu atât mai eficiente cu cât sunt mai posesive și defăimătoare, izolându-l pe partener de ceilalți. Dacă acesta din urmă ajunge suficient de dependent, el îl poate amenința cu abandonul. Pot fi folosite și mijloace de intimidare, dar acestea sunt atât de speciale, încât le vom discuta separat, într-un alt context. Bineînțeles, nu putem sesiza ce se petrece în asemenea relații dacă nu ținem seama de caracteristicile partenerului. Adesea acesta este de tip docil, deci trăind cu frica de a fi părăsit; sau poate fi o persoană care și-a reprimat puternic impulsiile sadice și este neputincios din această cauză, așa cum vom arăta mai departe.

Dependența mutuală care rezultă dintr-o astfel de situație trezește resentimente nu numai în cel înrobit (*enslaved*), ci și în înrobitor (*enslaver*). Dacă trebuința de izolare a acestuia din urmă este pronunțată, el are resentimente puternice la adresa partenerului care îl costă atâta preocupare și energie. Neînțelegând că el este acela care a creat aceste legături producătoare de „crampe", îi poate reproșa partenerului faptul de a fi acaparator și că se agață de dânsul ca scaiul de oaie. Dorința de a o rupe în astfel de ocazii este atât expresia fricii și resentimentului, cât și mijloc de intimidare.

Nu toate aspirațiile sadice țintesc la înrobire. Unele își află satisfacția *în a se juca cu emoțiile* celuilalt cum te-ai juca cu clapele unui instrument muzical. În *Jurnalul seducătorului*, Sören Kierkegaard[3] arată cum un om *care nu așteaptă nimic de la propria-i viață* poate fi total absorbit de jocul însuși. Știe când să se arate interesat și când să fie indiferent. Este hipersensibil în anticiparea și observarea reacțiilor fetei față de el. Știe ceea ce trezește și ceea ce blochează dorințele ei erotice. Dar sensibilitatea sa se limitează la cerințele jocului sadic: nu-l interesează nicidecum ce ar putea să însemne această experiență în viața fetei. Ceea ce în romanul lui Kierkegaard este calcul viclean conștient cel mai adesea continuă pe planul inconștientului. Dar este același joc al atracției și respingerii, al farmecului și dezamăgirii, al înălțării și degradării, care aduce bucurie, dar și durere.

O a treia caracteristică este *exploatarea* partenerului. Exploatarea nu este în mod necesar o inițiativă sadică; ea poate fi utilizată pur și simplu de dragul câștigului. Și în exploatarea sadică un considerent poate fi câștigul, dar acesta este adesea iluzoriu și cu totul disproporționat față de afectul implicat. Pentru sadic exploatarea devine un fel de pasiune aparte. Ceea ce contează este trăirea triumfului de a stoarce ce este mai bun în ceilalți. Coloratura specific sadică apare în mijloacele folosite pentru exploatare. Partenerul este supus, direct sau indirect, la exigențe tot mai mari, fiind culpabilizat sau umilit dacă nu le poate da curs. Individul sadic poate întotdeauna găsi o justificare pentru nemulțumirea sa sau pentru sentimentul că este tratat în mod incorect, formulând cerințe tot mai mari. *Hedda Gabler* a lui Ibsen ilustrează faptul că îndeplinirea unor astfel de cerințe nu duce niciodată la recunoștință, precum și faptul că cerințele însele sunt adesea inspirate de dorința de a-l lovi pe celălalt. Acestea se pot referi la chestiuni materiale, la trebuințe sexuale sau la ajutor în stabilirea unei cariere; pot fi cerințe privind respectul, devotamentul exclusiv, toleranța nemărginită. Nu există nimic specific sadic în conținutul lor: ceea ce indică sadismul este așteptarea ca partenerul, prin orice mijloace disponibile, să umple o viață goală din punct de vedere afectiv. Și lucrul acesta este bine

ilustrat de Hedda Gabler prin necontenitele ei plângeri că se simte plictisită, dorind să fie stimulată și excitată. Trebuința de a suge, ca un vampir, vitalitatea emoțională a partenerului este o regulă total inconștientă. Probabil că aceasta stă la baza aspirației de a exploata și este solul din care exigențele exprimate își trag substanța.

Natura exploatării devine încă și mai clară dacă înțelegem că există o tendință simultană de a-i *frustra* pe ceilalți. Ar fi o eroare să spunem că individul sadic nu dorește niciodată să dea ceva. În anumite condiții el poate chiar să fie generos. Ceea ce este tipic pentru sadism nu este zgârcenia meschină, ci un impuls mult mai activ, deși inconștient, de a strica socotelile celorlalți, de a le ucide bucuria și de a-i dezamăgi. Orice satisfacție sau manifestare optimistă a partenerului îl provoacă aproape irezistibil pe sadic să-i aducă în vreun fel daune. Dacă partenerul așteaptă cu nerăbdare să-l vadă, o face pe ursuzul. Dacă acesta dorește să aibă relații sexuale, se va arăta frigid sau impotent. Nu reușește să facă nimic pozitiv. Radiind pur și simplu tristețe, el acționează ca un deprimant. Să citățm din Aldous Huxley: *„Nu avea nimic de făcut: era de ajuns pentru el pur și simplu să fie. Ei se zbârceau și se înnegreau prin simplă infectare."* Iar ceva mai departe: *„Ce rafinament perfect al voinței de putere! Ce eleganță cruzime! Și ce uimitor dar acea mâhnire contagioasă care înăbușă până și cele mai elevate spirite și sugrumă orice posibilitate de bucurie."*[4]

La fel de semnificativă este tendința individului sadic de a-i *defăima* și *umili* pe ceilalți. El este extraordinar de ager în descoperirea și darea în vileag a neajunsurilor și punctelor slabe ale celorlalți. Cunoaște intuitiv care sunt zonele vulnerabile ale acestora, locul unde ei pot fi loviți. Și tinde să-și utilizeze fără milă intuiția, pentru critici păgubitoare. Raționalizând, poate susține că lucrul acesta este onestitate sau dorință de a fi util; se poate crede în mod sincer ros de îndoieli cu privire la competența sau integritatea celuilalt, dar este cuprins de panică dacă sinceritatea propriilor îndoieli este pusă sub semnul întrebării. Se poate ca lucrul acesta să apară ca simplă suspiciune. Pacientul poate spune: „Barem de-aș putea să am încredere în acel

individ!" Dar după ce l-a transpus pe acesta în visele sale în ceva dezgustător, de la libarcă și până la șobolan, cum s-ar mai putea aștepta să aibă încredere în el! Cu alte cuvinte, suspiciunea poate fi pur și simplu o consecință a defăimării celuilalt în propriul său cuget. Iar dacă sadicul nu are conștiința atitudinii sale defăimătoare, el poate fi conștient, în schimb, de suspiciunea generată de aceasta. Pe de altă parte, ar părea mai potrivit să vorbim mai degrabă de o patimă a defăimării (*passion for faultfinding*) decât de o simplă tendință. El nu numai că își pune reflectorul pe metehnele reale, ci este marele adept al exteriorizării propriilor defecte, în dauna celuilalt. Dacă, de exemplu, a tulburat pe cineva prin comportamentul său, va arăta imediat preocupare sau chiar dispreț pentru instabilitatea emoțională a acelei persoane. Dacă partenerul, intimidat, nu este total sincer cu dânsul, îi va reproșa că este secretos sau mincinos. Îi va reproșa că este prea dependent de el, în timp ce el însuși a făcut totul ca să-l subjuge pe partener. Asemenea discreditare nu este pur și simplu o chestiune verbală, ci este însoțită de tot felul de acte comportamentale batjocoritoare. Practicile sexuale umilitoare și degradante pot fi una din expresii.

Dacă vreuna dintre aceste impulsii este frustrată sau când rolurile se inversează, sadicul se simte el însuși dominat, exploatat sau disprețuit, putând avea accese de furie aproape nebunească. În imaginația sa, drept urmare, nici o tortură aplicabilă ofensatorului nu este prea mare: el îl poate lovi, bate, sfâșia în bucăți. Aceste accese de furie sadică pot fi reprimate, generând o stare de panică acută sau o tulburare somatică funcțională, care duce la o creștere a tensiunii interioare.

Care este semnificația acestor tendințe? Ce sunt necesitățile interioare care constrâng pe un individ să se comporte cu o asemenea cruzime? Supoziția că tendințele sadice sunt expresia unei impulsii sexuale pervertite nu are, de fapt, nici o bază. Este adevărat că ele se pot exprima în comportamentul sexual. Prin aceasta ele nu fac excepție de la regula generală că toate atitudinile noastre caracteriale se manifestă în mod obligatoriu în

sfera sexuală, așa cum o fac în modul nostru de a munci, în locomoție, în grafia noastră. Este de asemenea adevărat că multe acte sadice sunt săvârșite cu o anumită excitație sau, cum am spus de repetate ori, cu o patimă mistuitoare. Dar concluzia că aceste afecte vibrante sau excitații sunt de natură sexuală, chiar când nu sunt simțite ca atare, pur și simplu se bazează pe premisa că orice excitație este în sine sexuală. Dar nu există dovezi care să confirme o asemenea premisă. Din punct de vedere fenomenologic, cele două senzații, de fior sadic (*sadistic thrill*) și de abandon sexual, sunt de o natură total diferită.

Aserțiunea că impulsurile sadice sunt o tendință infantilă persistentă prezintă un anumit interes prin faptul că copiii mici sunt adesea cruzi cu animalele sau cu copiii mai mici decât ei. Prin prisma acestei similarități superficiale am putea spune că cruzimea elementară a copilului pur și simplu a câștigat în rafinament. Dar în realitate nu pur și simplu s-a rafinat: cruzimea adultului sadic este de un fel diferit. Așa după cum am văzut, ea are caracteristici distincte, pe care nu le întâlnim în cruzimea fățișă a copilului. Cruzimea copilului pare a fi un răspuns relativ simplu la sentimentul de a fi oprimat sau umilit. El se afirmă pe sine răzbunându-se pe cei mai slabi. Tendințele sadice specifice sunt mai complicate și au surse mai complexe. În afară de aceasta, ca orice încercare de a explica particularități ulterioare prin raportarea lor directă la trăiri din trecut, lasă și ea fără răspuns o întrebare de cea mai mare însemnătate: care sunt factorii care explică persistența și elaborarea cruzimii?

Fiecare dintre ipotezele de mai sus se agață doar de un singur aspect al sadismului — sexualitatea într-un caz, cruzimea în altul —, nereușind să explice nici măcar aceste caracteristici. Același lucru poate fi spus despre explicația oferită de Erich Fromm[5], deși aceasta se apropie de esențial mai mult decât o fac celelalte. Fromm subliniază faptul că sadicul nu dorește să distrugă pe acela de care el însuși se atașează, dar, pentru că nu-și poate trăi propria-i viață, se vede nevoit să uzeze de partener ca de o existență simbolică. Lucrul acesta este în mod cert adevărat, dar totuși nu explică în mod suficient de ce un individ este compulsiv

mânat să falsifice viețile celorlalți și de ce falsificarea ia formele particulare pe care le îmbracă.

Dacă privim sadismul ca pe un simptom nevrotic, trebuie să începem, ca întotdeauna, nu prin a căuta să explicăm simptomul, ci prin a căuta să înțelegem structura personalității care îl dezvoltă. Dacă abordăm problema din acest unghi, recunoaștem că nimeni nu dezvoltă tendințe sadice pronunțate dacă nu are un profund sentiment de inutilitate referitor la propria-i viață. Poeții au intuit această stare subiacentă cu mult înainte ca noi să fi fost capabili să o descoperim cu privirea noastră clinică scrutătoare. Atât în cazul Heddei Gabler, cât și în acela al Seducătorului, posibilitatea de a face vreodată ceva din ei înșiși sau cu viețile lor este o problemă mai mult sau mai puțin închisă. Dacă, în asemenea circumstanțe, un individ nu găsește calea resemnării, el devine în mod necesar cu totul resentimentar. Se simte pentru totdeauna exclus, pentru totdeauna învins.

De aceea începe să urască viața și tot ce este pozitiv în ea. Dar o urăște cu pizma pătimașă a cuiva care nu poate obține ceva ce dorește cu ardoare. Este pizma amară a cuiva care simte că viața trece pe lângă el. Nietzsche o numește *„Lebensnied"*. El nu simte că și ceilalți au durerile lor: „ei" stau la masă, în timp ce lui îi este foame; „ei" iubesc, creează, se simt sănătoși și în apele lor, aparțin unui loc oarecare. Fericirea celorlalți și „naivele" lor speranțe de plăcere și bucurie îl enervează. Dacă el nu poate fi fericit și liber, de ce ar fi ei astfel? Cu cuvintele Idiotului lui Dostoevski, el nu le poate ierta fericirea. Trebuie să calce în picioare bucuria celorlalți. Atitudinea sa este ilustrată de istoria profesorului tuberculos care scuipă pe sandivișurile elevilor săi și care exaltă la ideea că are puterea de a-i distruge. Este un act conștient de pizmă vindicativă. La sadic, tendința de a frustra și de a zdrobi sufletul celorlalți este o regulă profund inconștientă. Dar scopul este la fel de sinistru ca acela al profesorului: să împartă celorlalți suferința sa; dacă ceilalți sunt la fel de învinși și de degradați ca dânsul, propria-i mizerie este atenuată prin faptul că nu se mai simte singurul care suferă.

O altă modalitate de a-și alina pizma care îl roade este tactica „strugurilor acri", manevrată cu atâta perfecție încât până și observatorul experimentat este lesne înșelat. De fapt, pizma sa este atât de adânc îngropată în inconștientul său, încât el însuși ar ridiculiza orice aluzie la existența acesteia. Accentul pus de el pe latura dureroasă, împovorătoare și urâtă a vieții este astfel nu numai o expresie a amărăciunii sale, cât mai ales a interesului său de a-și dovedi sieși că nu are nimic de pierdut. Permanenta defăimare și denigrare la care recurge își au parțial sursa în acest interes. El va lua notă, de exemplu, de acea parte a corpului unei femei frumoase care nu este perfectă. Intrând într-o cameră, ochiul său se va opri asupra unei culori sau asupra unei mobile care nu se potrivește cu restul. Va spicui singurul păcat al unui discurs altminteri fără cusur. La fel, orice este rău în viața celorlalți, în caracterele lor sau în posibilele lor motivații va căpăta proporții în spiritul său. Dacă este blazat, va atribui această atitudine faptului că este sensibil la imperfecțiuni. Dar fapt este că el își îndreaptă reflectorul doar asupra acestora, lăsând toate celelalte în întuneric.

Deși reușește să-și atenueze pizma și să-și descarce resentimentul, în schimb, atitudinea sa denigratoare se amplifică într-un permanent sentiment de deziluzie și nemulțumire. Dacă, de exemplu, are copii, se gândește în primul rând la răspunderile și obligațiile care decurg de aici; dacă nu are copii, are sentimentul că a fost frustrat de cea mai importantă experiență umană. Dacă nu are relații sexuale se simte deposedat și este interesat de pericolele abstinenței; dacă are relații sexuale, se simte umilit de ele și rușinat. Dacă are ocazia să facă o excursie, îl irită inconvenientele; dacă nu poate călători, consideră o dizgrație faptul de a fi nevoit să stea acasă. Deoarece nu-i trece prin minte că sursele nemulțumirii sale cronice s-ar putea afla înăuntrul său, el se simte îndreptățit să-i facă pe ceilalți să înțeleagă în ce fel îl trădează și să formuleze cerințe tot mai mari, a căror îndeplinire nu-l poate niciodată satisface.

Pizma înverșunată, tendința de a denigra și nemulțumirea care rezultă explică într-o anumită măsură unele tendințe sadice.

Înțelegem de ce sadicul este îmboldit să-i frustreze pe ceilalți, să-i facă să sufere, să-i învinovățească, să-i pună în fața unor cerințe de nesatisfăcut. Dar nu vom putea estima nici amploarea puterii sale distructive, nici aroganta sa ipocrizie până când nu vom examina ce înseamnă disperarea sa în relația cu sine însuși.

În timp ce violează cele mai elementare cerințe ale bunei-cuviințe umane, adăpostește în el o imagine idealizată a unor standarde morale deosebit de elevate și rigide. Este unul dintre cei care (așa după cum am văzut), disperați că nu sunt vreodată capabili să se măsoare cu astfel de standarde înalte, au rezolvat conștient sau inconștient problema, hotărându-se a fi cât mai „răi" posibil. El poate avea succes în a fi „rău", înotând în acest element cu un fel de disperată desfătare. Procedând însă astfel, prăpastia dintre imaginea idealizată și Eul real devine de netrecut. El se simte dincolo de mântuire și dincolo de iertare. Disperarea sa devine tot mai adâncă și el manifestă nepăsarea unui om care nu mai are nimic de pierdut. Cât timp persistă această stare, practic îi este imposibil să-și asume o atitudine constructivă față de sine. Orice încercare directă de a deveni constructiv este sortită zădărniciei și trădează ignorarea condiției sale.

Sila de sine atinge asemenea dimensiuni încât el nu se mai poate privi. Se vede nevoit să se fortifice împotriva acestui autodispreț, întărind armura virtuozității, deja existentă. Cea mai slabă critică, neglijarea sau absența de apreciere deosebită poate mobiliza disprețul de sine și trebuie respinse ca nedrepte. Este, așadar, forțat să-și exteriorizeze autodisprețul, să-i blameze, să-i mustre, să-i umilească pe ceilalți. Aceasta, însă, îl aruncă în mrejele unui cerc vicios. Cu cât mai mult îi disprețuiește pe ceilalți, cu atât mai puțin este conștient de propriul autodispreț, dar cu cât autodisprețul devine mai puternic și nemilos, cu atât mai mare este disperarea sa. A-i lovi pe ceilalți este, așadar, o chestiune de autoconservare. Fenomenul este ilustrat de exemplul, citat anterior, al pacientei care își acuză soțul de indecizie și care voia să se sfâșie ea însăși în bucăți când a înțeles că în realitate era furioasă pe propria-i indecizie.

În lumina acestor fapte, începem să înțelegem de ce este imperativ pentru sadic să-i defăimeze pe ceilalți. Înțelegem acum, de asemenea, logica interioară a impulsiei sale compulsive și adesea fanatice de a-i schimba pe ceilalți sau cel puțin de a-și reforma partenerul. Deoarece el însuși nu se poate măsura cu imaginea sa idealizată, partenerul trebuie să o facă; iar furia necruțătoare pe care el o simte față de sine însuși este canalizată asupra partenerului, pentru orice eșec în această direcție. Uneori se poate întreba: „De ce nu-l pot lăsa în plata Domnului?" Dar este evident că asemenea considerații raționale nu sunt de nici un folos atâta timp cât dăinuie bătălia interioară, iar aceasta este exteriorizată. De obicei el raționalizează drept „iubire" presiunea pe care o exercită asupra partenerului sau drept interes pentru „dezvoltarea" acestuia. De prisos să spunem că nu este iubire. Dar nu este nici interes pentru dezvoltarea partenerului, pe propriile coordonate ale acestuia, în concordanță cu propriile-i legi interioare. În realitate, el încearcă să-i impună partenerului sarcina imposibilă a realizării imaginii idealizate pe care el, sadicul, o cultivă. Corectitudinea pe care el o are de manifestat, ca pe un scut împotriva autodisprețului, îi permite să o facă cu o deplină mulțumită de sine.

Înțelegerea luptei interioare ne oferă, de asemenea, o mai bună percepere a altui factor mai general, inerent simptomelor sadice: spiritul de vindictă (*vindictiveness*), care adesea se infiltrează ca o otravă în fiecare celulă a personalității sadicului. El este și trebuie să fie răzbunător din cauză că își orientează în afară puternicul dispreț de sine. Deoarece corectitudinea sa (*his righteousness*) îl oprește să vadă propria-i contribuție la dificultățile întâmpinate, el trebuie să simtă că este acela care e maltratat și victimizat; deoarece nu poate vedea că sursa întregii sale disperări se află în interiorul său, trebuie să-i facă pe ceilalți responsabili de aceasta. Ei i-au ruinat viața și trebuie să-l despăgubească, să-și poarte crucea. Acest spirit de răzbunare, mai mult decât orice alt factor, ucide în el orice sentiment de simpatie și milă. De ce ar avea simpatie pentru cei care i-au stricat viața și care, colac peste pupăză, o duc mai bine decât dânsul? La unii indivizi dorința de

răzbunare poate fi conștientă, de exemplu referitor la părinți. Sadicul nu este însă conștient de faptul că aceasta este o trăsătură de caracter profundă[6].

Sadicul, așa cum l-am creionat până aici, întrucât se simte exclus și sortit a fi cuprins de o furie ucigașă (*amok*)[7], își orientează furia asupra celorlalți, într-o oarbă poftă de răzbunare. Acum înțelegem că, făcându-i pe ceilalți mizerabili, el caută să-și aline propria-i mizerie. Dar nici pe departe nu avem aici întreaga explicație. Aspectele distructive nu explică singure patima caracteristică atâtor demersuri sadice. Trebuie să existe unele avantaje pozitive, avantaje care pentru sadic au o importanță vitală. Această afirmație s-ar părea că vine în contradicție cu supoziția că sadismul este o excrescență a disperării. Cum de este posibil ca un individ disperat să spere ceva, să stăruie în această direcție și, mai mult decât atât, cu un asemenea consum de energie? Fapt este însă că, dintr-un punct de vedere subiectiv, sunt o mulțime de lucruri de câștigat. Degradându-i pe ceilalți, el nu numai că își alină intolerabilul autodispreț, ci în același timp își acordă un sentiment de superioritate. Când modelează viețile celorlalți, el nu numai că dobândește un stimulator simțământ de putere asupra lor, ci de asemenea descoperă un sens substitutiv pentru propria-i viață. Când îi exploatează pe ceilalți pe plan emoțional, el se înzestrează pe el însuși cu o viață emoțională vicariantă, care îi micșorează propriu-i sentiment de sterilitate. Când îi învinge pe ceilalți trăiește o exaltare triumfătoare care pune în umbră propria-i înfrângere lipsită de siguranță. Această năzuință spre triumf răzbunător (*vindictive triumph*) este, probabil, forța care îl motivează la maximum.

Toate demersurile sale servesc la fel de bine foamea sa de emoții și excitare. O persoană sănătoasă, echilibrată nu are nevoie de asemenea zguduiri afective. Cu cât mai matură este, cu atât mai puțină nevoie are de ele. Dar viața emoțională a sadicului este goală. Aproape toate simțămintele, cu excepția furiei și a senzației de triumf, au fost reduse la tăcere. El este atât de mort încât are nevoie de acești stimuli viguroși, spre a se simți viu.

Last but not least, comportările sale sadice cu ceilalți îi dau un sentiment de putere și măndrie care îi întărește sentimentul inconștient de omnipotență. În timpul psihanalizării, atitudinea pacientului față de tendințele sale sadice suferă schimbări profunde. Când devine pentru prima dată conștient de ele, se poate să adopte o atitudine critică față de ele. Dar respingerea implicată nu este sinceră; este mai degrabă o făgăduială deșartă față de standardele morale existente. Din când în când el poate avea accese de silă de sine (*spells of self-loathing*). Într-o perioadă mai târzie, însă, când este pe cale să renunțe la modul său de viață sadic, poate deodată simți că pierde ceva prețios. Atunci el poate trăi pentru prima dată în mod conștient bucuria de a fi capabil să facă cu ceilalți ceea ce-i place. El își poate exprima teama ca nu cumva psihanaliza să-l transforme într-o făptură debilă, demnă de dispreț. Din nou, ca atât de adesea în psihanaliză, preocuparea pacientului este subiectiv justificată: deposedat de puterea sa de a-i face pe ceilalți să-i slujească trebuințele emoționale, se vede pe sine ca pe o creatură neajutorată și demnă de compătimire. Cu timpul va înțelege că sentimentul de putere și măndrie, pe care îl deriva din comportamentul sadic, este un lamentabil substitut. Era prețios pentru el numai pentru că puterea și măndria reale îi erau inaccesibile.

După ce cunoaștem natura acestor câștiguri, înțelegem că nu este nici o contradicție în afirmația că un individ disperat poate fi în mod frenetic angajat în căutarea a ceva. Dar ceea ce el se așteaptă să găsească nu este o mai mare libertate sau o mai amplă realizare de sine: tot ceea ce îi compensează disperarea rămâne neschimbat și el nu contează pe o schimbare a acestei stări. Ceea ce urmărește sunt substitute.

Câștigurile emoționale sunt realizate prin trăire vicariantă. *A fi sadic înseamnă a trăi în mod agresiv și în cea mai mare parte distructiv, prin mijlocirea altor persoane*. Dar acesta este singurul mod în care poate trăi un individ atât de total învins. Nesocotința cu care el își urmărește scopurile este nesocotință generată de disperare. Neavând nimic de pierdut, are numai de câștigat. În acest sens, străduințele sadice au un scop pozitiv și trebuie privite

ca o *tentativă de restaurare*. Motivul pentru care scopul este atât de pătimaș urmărit este acela că, triumfând asupra celorlalți, sadicul este capabil să-și înlăture propriul său sentiment abject de înfrângere.

Elementele distructive inerente acestor străduințe nu pot însă rămâne fără repercusiuni asupra individului însuși. Am și subliniat faptul că autodisprețul se intensifică. O altă repercusiune importantă este generarea de anxietate. Aceasta este, în parte, o teamă de represalii: lui îi este teamă că ceilalți îl vor trata așa cum îi tratează el; sau cum dorește să-i trateze. În plan conștient, aceasta apare nu atât ca teamă, cât ca simplă credință că ei „l-ar maltrata" dacă ar putea să o facă, adică dacă el nu i-ar împiedica prin faptul că este permanent în ofensivă. El trebuie să fie foarte precaut și să anticipeze orice atac posibil, fiind practic inviolabil. Convingerea inconștientă a propriei inviolabilități joacă adesea un rol considerabil. Aceasta îi dă un măreț sentiment de securitate: *el* n-ar putea fi niciodată lovit, dat de gol, supus accidentului sau bolii; ba chiar nici n-ar putea muri. Dacă totuși este lovit, de oameni sau de împrejurări, pseudosecuritatea sa este zdruncinată, iar el este cuprins de o puternică panică.

Parțial, anxietatea sa este teama de elementele explozive, distructive din el însuși. Se simte ca o persoană care duce cu dânsul o bombă de mare tonaj. Sunt necesare un excesiv autocontrol și o continuă vigilență spre a ține în șah aceste elemente periculoase. Ele pot ajunge la suprafață când este în stare de ebrietate, dacă nu este prea înspăimântat de a le scăpa din frâu sub influența alcoolului. El poate în acest caz să devină extrem de distructiv. Impulsurile sunt cât pe ce să devină conștiente în condițiile speciale în care reprezintă pentru el o tentație. Astfel, sadicul din *La bête humaine* de Zola intră în panică atunci când este atras de o fată, deoarece lucrul acesta trezește în el impulsul de a ucide. Faptul de a fi martor la un accident sau la vreun act de cruzime îi poate provoca un acces de frică, trezind în el propriul său impuls de a distruge.

Acești doi factori — autodisprețul și anxietatea — sunt în mare măsură responsabili de reprimarea impulsurilor sadice. Dimensiunea și profunzimea refulării variază. În general, este uimitor în ce măsură comportamentul sadic poate fi manifestat de individ fără a fi conștientizat. El este conștient doar de dorințele ocazionale de a maltrata o persoană slabă, de excitația trăită atunci când citește despre acte sadice sau atunci când are unele fantazări evident sadice. Dar aceste străfulgerări sporadice rămân izolate. Cea mai mare parte din ceea ce le face el altora, prin comportamentul său zilnic, are un caracter inconștient. Paralizia sa afectivă este un factor ce estompează rezultatul; până când aceasta nu se risipește, el nu poate trăi emoțional ceea ce face. Mai mult decât atât, justificările aduse spre a disimula tendințele sadice sunt adesea destul de inteligente spre a-l înșela nu numai pe sadic, ci și pe cei afectați de acestea. Nu trebuie să uităm că sadismul este stadiul ultim al unei nevroze severe. De aceea genul de justificare utilizat va depinde de structura nevrozei în care își au originea tendințele sadice. Tipul docil, de exemplu, își va înrobi partenerul sub pretextul inconștient al iubirii. Din cauză că el nu poate fi singur, partenerul ar trebui să fie întotdeauna cu el. Reproșurile sale vor fi exprimate indirect, prin demonstrarea inconștientă a faptului cât de mult îl fac ceilalți să sufere.

Tipul agresiv își exprimă tendințele sadice cu totul nedeghizat, ceea ce, însă, nu înseamnă deloc că este conștient de ele. El nu are nici o ezitare în a-și manifesta nemulțumirea, disprețul și pretențiile, dar simte că, pe lângă absoluta justificare, este pur și simplu sincer. El își va exterioriza, de asemenea, lipsa de considerație pentru ceilalți și faptul că îi exploatează, după cum îi va intimida, arătându-le în termeni neechivoci cât de mult abuzează ei de dânsul.

Însinguratul este extrem de discret în exprimarea tendințelor sadice. El îi va frustra pe ceilalți într-un mod insidios, făcându-i să se simtă nesiguri de disponibilitatea sa de a se retrage, comunicându-le impresia că ei îl incomodează și delectându-se în secret de comportamentul lor ridicol.

Dar impulsiile sadice pot fi mult mai profund refulate, generând ceea ce s-ar putea numi un sadism invertit (*inverted sadism*). Ceea ce se întâmplă în acest caz este că individul se teme atât de tare de impulsurile sale, încât înclină să nu şi le reveleze nici sieşi şi nici celorlalţi. El se va abţine de la orice aduce cu agresiunea sau ostilitatea şi, drept urmare, va fi profund şi difuz inhibat.

O schiţă sumară ne va da o idee despre ceea ce impune acest proces. A înclina să dai îndărăt de la înrobirea celorlalţi înseamnă a fi incapabil să dai vreun ordin, să-ţi asumi o poziţie de responsabilitate sau de conducere. Înseamnă hiperprecauţie în exercitarea influenţei sau în darea unui sfat. Aceasta implică până şi refularea celei mai legitime invidii. Un bun observator va nota doar că persoana în cauză are dureri de cap, indispoziţie stomacală sau orice alt simptom, ori de câte ori lucrurile nu evoluează pe placul acesteia.

Înclinaţia de a da îndărăt de la exploatarea celorlalţi aduce în prim-plan tendinţele de autoestompare. Aceasta se manifestă în lipsa de îndrăzneală în exprimarea vreunei dorinţe, ba chiar în lipsa de îndrăzneală în a avea dorinţe; în lipsa de îndrăzneală în a se răzvrăti contra abuzului sau chiar de a se simţi victimă a abuzului; în tendinţa de a considera expectaţiile sau revendicările celorlalţi ca fiind mai justificate şi mai importante decât cele proprii; în preferinţa de a fi exploatat mai degrabă decât a-şi afirma propriul interes. Un asemenea individ se găseşte între ciocan şi nicovală. El este înspăimântat de impulsurile sale de a exploata, dar se dispreţuieşte pe sine pentru timiditate, pe care o priveşte ca pe o laşitate. Iar când este exploatat — cum, firește, se întâmplă — intră într-o dilemă insolvabilă şi poate reacţiona prin depresie sau printr-un simptom funcţional oarecare.

De asemenea, în loc de a-i frustra pe celalţi, el va fi hipergrijuliu să nu-i înşele, va căuta să fie circumspect şi generos. Îşi va da toată osteneala să evite ceea ce le-ar putea răni sentimentele sau ceea ce i-ar putea în vreun fel umili. În mod intuitiv va găsi ceva „drăguţ" de spus — o remarcă apreciativă, de exemplu ceva care să le sporească încrederea în ei înşişi. Tinde în mod automat să ia vina asupra sa şi va fi excesiv în scuze. Dacă

este necesar să facă o critică, o va face în forma cea mai blândă cu putinţă. Chiar când ceilalţi abuzează în mod grosolan de dânsul, el nu va arăta decât „înţelegere". În acelaşi timp, însă, este hipersensibil la umilinţă şi suferă nespus de pe urma acesteia.

În ceea ce priveşte emoţiile sadicului, când acestea sunt profund reprimate, acesta poate lăsa impresia că este neputincios să atragă pe cineva. Individul poate astfel sincer să creadă — adesea în pofida evidenţei contrariului — că este neatractiv pentru sexul opus şi că trebuie să se mulţumească cu firimiturile. A vorbi în acest caz de un sentiment de inferioritate este pur şi simplu a utiliza alt termen pentru ceea ce persoana este oricum conştientă şi care poate fi pur şi simplu o expresie a autodispreţului. Relevant este însă aici faptul că noţiunea de neatractivitate poate fi un recul inconştient de la ispita de a intra în jocul excitant al cuceririi şi respingerii. Pe parcursul curei psihanalitice poate deveni încetul cu încetul clar faptul că pacientul a falsificat în mod inconştient întregul tablou al relaţiilor lui erotice. Va avea loc o bizară schimbare: „bobocul de raţă cel urât" devine conştient de dorinţa şi capacitatea sa de a atrage pe oameni, dar le arată cu indignare şi dispreţ spatele de îndată ce ei iau în serios avansurile sale.

Tabloul consecvent al personalităţii sadicului invertit este amăgitor şi dificil de evaluat. Similaritatea sa cu tipul docil este izbitoare. De fapt, în timp ce individul pe faţă sadic aparţine de obicei tipului agresiv, sadicul invertit a început, de regulă, prin manifestarea unor tendinţe în care predomină docilitatea. Asemănarea constă în faptul că, în copilărie, a fost puternic lovit şi silit să se supună. Se poate să-şi fi falsificat sentimentele şi, în loc să se răzvrătească împotriva opresorului, a început să-l iubească. Pe măsură ce creştea — probabil în jurul vârstei pubertăţii — conflictele deveneau insuportabile şi el şi-a găsit refugiul în singurătate. Când s-a confruntat însă cu eşecul, nu a mai putut rămâne în izolarea turnului său de fildeş. Se pare că s-a întors la vechea sa dependenţă, dar cu următoarea deosebire: trebuinţa sa de afecţiune a devenit atât de disperată, încât era dispus să plătească orice preţ, numai să *nu* fie lăsat singur. În acelaşi timp, şansele sale de a găsi afecţiune s-au redus din cauza trebuinţei sale

de izolare — încă prezentă —, în permanentă interferență cu dorința sa de a se ataşa de cineva. Istovit de această luptă, el a devenit lipsit de speranță şi a manifestat tendințe sadice. Dar trebuința sa de afecțiune umană era atât de puternică, încât nu numai că şi-a refulat tendințele sadice, dar era înclinat să şi le ascundă.

A se însoți cu ceilalți este, în acest caz, o tendință, deşi nu o poate realiza. El tinde să fie pretențios şi sfios. Trebuie să joace în permanență un rol care este contrariul impulsurilor sale sadice. Nu poate fi decât natural faptul că el însuşi crede că este iubitor de oameni; şi trăieşte un fel de şoc atunci când, pe parcursul psihanalizării, i se revelează faptul că are prea puțină dragoste pentru ei sau, cel puțin, că nu prea este sigur ce sentimente are față de ei. În acest moment este înclinat să ia această aparentă lipsă ca pe un fapt imuabil. În realitate, însă, el este pur şi simplu pe cale de a renunța la pretenția sa privind sentimentele pozitive, în mod inconştient preferând să nu simtă nimic decât să aibă de înfruntat impulsurile sale sadice. Sentimente pozitive față de semeni se pot dezvolta numai dacă recunoaşte acele impulsuri şi purcede la înfrângerea lor.

Există însă în tablou unele elemente care îi vor indica observatorului experimentat prezența tendințelor sadice. Ca să începem cu aceasta, există o modalitate insidioasă prin care el caută să-i intimideze, exploateze şi frustreze pe ceilalți. Este, de obicei, un perceptibil, deşi inconştient, dispreț față de ceilalți, în mod superficial atribuit standardelor lor morale inferioare. Pe de altă parte, există un număr de incongruități care ne fac să ne gândim la sadism. Individul, de exemplu, poate uneori să se acomodeze cu comportamentul sadic orientat împotriva sa, cu o răbdare aparent fără margini, dar alteori se arată hipersensibil la cea mai slabă încercare de dominație, de exploatare sau de umilire. În cele din urmă el are impresia ce este „masochist", anume că se complace în a se simți victimizat. Dar deoarece termenul şi conceptul de „masochism" sunt înşelătoare, este mai bine să le evităm şi să descriem mai degrabă elementele implicate. Fiind în mod vădit inhibat în afirmarea de sine, sadicul invertit va fi în orice caz pregătit pentru maltratare. Dar, mai mult, pentru că

este iritat de propria-i slăbiciune, adesea este realmente atras de sadicii manifeşti, admirându-i şi în acelaşi timp urându-i, întocmai după cum sadicul, detectând în el o victimă voluntară, este atras de dânsul. Astfel el însuşi o porneşte pe calea exploatării, frustrării şi umilirii. Departe de a se bucura de asemenea maltratare, însă, el suferă de pe urma ei. Ceea ce i se oferă este oportunitatea de a-şi trăi prin altcineva propriile-i impulsuri sadice, fără a trebui să facă față de sadismului propriu. Se poate simți inocent şi indignat în plan moral, sperând în acelaşi timp s-o ia înaintea partenerului sadic şi să triumfe asupra acestuia.

Freud a observat tabloul pe care l-am descris, dar şi-a viciat descoperirile cu generalizări nejustificate. Adaptându-le cadrului întregii sale filosofii, el le-a luat ca dovadă a faptului că, indiferent cât de bun este un individ la suprafață, el este din naştere distructiv. În realitate, starea este o consecință particulară a unei nevroze particulare.

Am făcut drum lung de la punctul de vedere care vede în individul sadic un pervers sexual sau care utilizează o terminologie sofisticată spre a ne spune că este ticălos şi vicios. Perversiunile sexuale sunt relativ rare. Când există, ele sunt pur şi simplu o expresie a unei atitudini generale față de ceilalți. Tendințele distructive sunt de netăgăduit, dar, atunci când le pătrundem semnificația, înțelegem că este vorba despre o ființă umană în suferință aflată în spatele unui comportament în aparență inuman[8]. Acestea fiind spuse, deschidem posibilitatea accesului la terapie a unei asemenea ființe umane. Identificăm în ea un individ disperat care caută restabilirea în urma unei vieți care l-a înfrânt.

NOTE

[1] Erich Fromm, „Individual and Social Origins of Neurosis", *American Sociological Review*, vol. IX, No. 4, 1944.

[2] Este vorba de piesa de teatru a lui Bernard Shaw. (Nota trad.)

[3] A se vedea Sören Kierkegaard, *Jurnalul seducătorului*, traducere de Kjeld Jensen şi Elena Dan, Editura Scripta, Bucureşti, 1992.

Protagonistul romanului aplică o tehnică subtilă de minimalizare a victimei, amăgindu-se cu ideea că de fapt maltratează moral o simplă aparență: *„Făcând-o pe Eva, Dumnezeu l-a plonjat pe Adam într-un somn profund; căci femeia este visul bărbatului. Această poveste ne arată și ea în felul ei că femeia este aparența. Se spune în poveste că lui Adam i-a fost luată o coastă. Chiar dată i s-ar fi luat o parte din creier, femeia tot aparență ar fi rămas, numai că Dumnezeu n-a vrut să facă o himeră. Și așa femeia s-a întrupat din carne și sânge, ceea ce înseamnă că a devenit o parte a naturii, care în mod esențial e aparență. Ea nu se trezește decât atinsă de dragoste; până atunci nu e decât vis. Dar în această existență de vis se pot distinge două stadii: primul, când dragostea visează femeia; al doilea, când femeia visează dragostea"* (p. 128). (Nota trad.)

[4] Aldous Huxley, *Time Must Have a Stop*, Harper and Brothers, 1944.

[5] Erich Fromm, *Escape from Freedom*, Farrar and Rinehart, 1941.

[6] *„a pervasive character trend"*, în textul original. (Nota trad.)

[7] Stare de exaltare emoțională asociată cu tendințe compulsive de omucidere, în timpul căreia individul, cuprins de această „furie sanguinară", aleargă nebunește. (Nota trad.)

[8] Ar merita un studiu aparte sadismul *sui generis* al lui Gore Pirgu, din *Craii de Curtea-Veche* de Mateiu I. Caragiale, *„de mic stricat până la măduvă, giolar, risçar, slujnicar, înhăitat cu toți codoșii și mâsluitorii"*. Pirgu, *„de școlar, își ducea prietenii la femei bolnave. Pentru asemenea lucruri se bucura de o închipuire drăcească nesecată. Din atâtarea la desfrâu, căruia îșî închinase trupul și sufletul, își făcuse un apostolat. Iscusit în samsarlâcuri și pezevenlâcuri, fusese faurul ruinei câtorva feciori de bani gata și al căderii mai multor femei; mulțumită lui, nume cunoscute se mânjiseră de necinste. Rar se petrecea murdărie în care să nu fi fost amestecat și dânsul, și adesea numai dintr-o cruda și fără sațiu poftă de a-și bate joc, pentru care nu se da înapoi de la nimic: iscodirea, defăimarea, bârfeala, zăzania, pâra, amenințarea cu darea în vileag a tainei încredințate sau smulse, răvașele neiscălite — toate îi păreau deopotrivă de bune"*. (Nota trad.)

CONCLUZIE: REZOLVAREA CONFLICTELOR NEVROTICE

Cu cât mai bine înțelegem ce enormă daună cauzează personalității conflictele nevrotice, cu atât mai stringentă ne apare trebuința de a le rezolva cu adevărat. Dar întrucât, așa cum înțelegem în prezent, lucrul acesta nu poate fi făcut prin decizie rațională, nici prin eschivare, nici prin exercitarea voinței de putere, cum o putem face? Există o singură cale: conflictele pot fi rezolvate numai schimbând în personalitate acele condiții care le-au dat ființă.

Este o cale radicală și dificilă. Având în vedere dificultățile implicate în schimbarea a ceva din interiorul nostru, este cu totul de înțeles faptul că trebuie să cercetăm terenul spre a găsi „cute". Poate că de aceea pacienții — și nu numai ei — se întreabă adesea: Este oare de ajuns dacă înțelegi conflictul fundamental? Categoric, răspunsul este nu.

Chiar dacă psihanalistul — discernând de la bun început, în cura psihanalitică, modul în care pacientul este divizat — este capabil să-l ajute să recunoască această fractură, intuiția nu este imediat profitabilă. Faptul acesta poate aduce o anumită alinare, pacientul începând să vadă o cauză tangibilă pentru tulburările sale în loc de a se pierde pur și simplu într-o misterioasă pâclă; dar el nu o poate aplica la viața sa. Perceperea modului în care părțile sale divergente operează și se interferează una cu alta nu face ca el să fie mai puțin divizat. El pleacă urechea la aceste fapte ca și

cum ar asculta un mesaj straniu; i se pare plauzibil, dar nu înțelege implicațiile acestuia pentru el însuși. Este înclinat să-l invalideze prin diverse inhibări mentale inconștiente[1]. În mod inconștient, el va stărui asupra faptului că psihanalistul exagerează magnitudinea conflictelor sale; că totul ar fi în regulă dacă n-ar fi la mijloc împrejurările din afară; că iubirea sau succesul l-ar face să scape de suferință; că el poate ocoli conflictele sale ținându-se departe de oameni; că deși poate fi adevărat pentru oamenii de rând faptul că ei nu pot sluji la doi stăpâni, el, cu nelimitatele lui puteri de voință și inteligență, ar putea să o facă. Sau — din nou pe plan inconștient — el poate crede că psihanalistul este un șarlatan sau un neghiob bine intenționat, care simulează optimismul profesional, că acesta ar trebui să știe că el este ruinat iremediabil, ceea ce înseamnă că pacientul răspunde la sugestiile psihanalistului cu propriul său sentiment de disperare.

Deoarece asemenea reținere mentale subliniază fie faptul că pacientul se agață de încercările sale particulare de soluționare — acestea fiind mult mai reale pentru dânsul decât conflictele înseși —, fie faptul că în esență este disperat în ceea ce privește vindecarea, toate tentativele, ca și consecințele acestora, trebuie analizate înainte de abordarea cu succes a conflictului fundamental.

Căutarea unei căi mai lesnicioase a dus la formularea altei întrebări, care a căpătat greutate prin accentul pus de Freud asupra genezei: este de ajuns să raportăm aceste impulsii conflictuale — o dată ce ele au fost recunoscute — la originile lor și la manifestările timpurii din copilărie? Din nou răspunsul este nu, și din nou, în cea mai mare parte, cauzele sunt aceleași. Chiar și cea mai detaliată rememorare a trăirilor sale din copilărie nu-i dă pacientului o atitudine față de sine cu mult mai blândă și iertătoare. În nici un caz lucrul acesta nu face mai puțin disruptive conflictele sale prezente.

O cunoaștere cuprinzătoare a influențelor timpurii ale mediului și a schimbărilor determinate de ele în personalitatea copilului, deși fără prea mare valoare terapeutică, are importanță în cercetarea noastră referitoare la condițiile în care se manifestă conflictele nevrotice[2]. La urma urmei, tocmai schimbările

intervenite în relațiile cu sine însuși și cu ceilalți au cauzat inițial conflictele. Am descris această evoluție în cărți publicate anterior[3], precum și în unele capitole din cartea de față. Pe scurt, copilul se poate găsi într-o situație care îi amenință libertatea interioară, spontaneitatea, sentimentul de securitate, încrederea în sine, într-un cuvânt, însuși nucleul existenței sale psihice. El se simte izolat și neajutorat și, drept urmare, primele încercări de a se pune în legătură cu semenii sunt determinate nu de sentimentele sale reale, ci de necesități strategice. El nu se bucură pur și simplu de ceva sau îi displace, își pune încrederea în cineva sau manifestă neîncredere, își exprimă dorințele sau protestează împotriva celor ale semenilor, ci în mod automat născocește moduri de a da piept cu oamenii și de a-i manipula cu minimum de pagubă pentru el însuși. Caracteristicile fundamentale care se degajă de aici pot fi rezumate drept înstrăinare de sine și de ceilalți, sentiment de neputință, neliniște difuză și tensiune ostilă în relațiile sale umane, de la prudența cu caracter general și până la ura bine definită.

Atâta vreme cât persistă aceste stări, nevroticul nu se poate dispensa de vreuna din impulsiile sale conflictuale. Dimpotrivă, necesitățile interioare din care ele emană devin tot mai stringente în cursul evoluției nevrozei. Faptul că pseudosoluțiile sporesc perturbarea relațiilor sale cu ceilalți și cu sine însuși înseamnă că o soluție reală devine tot mai puțin accesibilă.

Scopul terapiei, așadar, poate fi doar schimbarea condițiilor înseși. Nevroticul trebuie ajutat să se reabiliteze, să devină conștient de sentimentele și vrerile sale reale, să-și elaboreze propria-i tablă de valori și să se raporteze pe sine la ceilalți pe baza sentimentelor și convingerilor sale. Dacă am putea realiza lucrul acesta prin vreun soi de magie, conflictele ar fi risipite chiar și fără a fi nevoie să ne atingem de ele. Cum nu poate fi vorba de magie, este necesar să știm ce pași avem de făcut spre a determina schimbarea dorită.

Deoarece orice nevroză — indiferent cât de dramatice și de aparent impersonale sunt simptomele — este o tulburare de caracter, sarcina terapiei este să analizeze întreaga structură a

caracterului nevrotic (*the entire neurotic character structure*). Aşadar, cu cât mai clar putem defini această structură şi variaţiile ei individuale, cu atât mai precis putem stabili ceea ce avem de făcut. Dacă concepem nevroza ca pe un edificiu de protecţie ridicat în jurul conflictului fundamental, munca psihanalitică poate fi, în linii mari, divizată în două părţi. O parte priveşte examinarea în detaliu a tuturor tentativelor inconştiente de soluţionare întreprinse de un anumit pacient, laolaltă cu efectul lor asupra întregii personalităţi. Aceasta ar include studierea tuturor implicaţiilor atitudinii sale predominante, a imaginii idealizate, a exteriorizării etc., fără a lua în considerare relaţiile specifice cu conflictele subiacente. Ar fi greşit să se presupună că nu putem înţelege aceşti factori şi nu-i putem analiza înainte de a lua în vizor conflictele, întrucât, deşi ei sunt generaţi de nevoia de armonizare a conflictelor, au propria lor viaţă, propria pondere şi operează cu o putere proprie.

Cealaltă parte se referă la munca asupra conflictelor înseşi. Aceasta ar însemna nu numai conştientizarea de către pacient a conturului lor general, ci şi faptul de a-l ajuta să înţeleagă în detaliu modul în care ele operează, adică a modului în care impulsiile sale incompatibile şi atitudinile generate de ele interferează în cazuri specifice: cum, de exemplu, trebuinţa sa de a se subordona, întărită de sadismul invertit, îl împiedică să câştige un joc sau să exceleze într-o activitate competitivă, pe când impulsia sa de a triumfa asupra celorlalţi face ca victoria să fie o necesitate compulsivă; sau cum ascetismul, generat de o varietate de surse, interferează cu trebuinţa de simpatie, afecţiune şi autoindulgenţă. Îi vom arăta, de asemenea, cum oscilează între extreme: cum, de exemplu, alternează între a fi hiperexigent cu sine sau hiperîngăduitor; sau cum pretenţiile faţă de sine exteriorizate, întărite poate de impulsii sadice, se izbesc de trebuinţa sa de a fi omniscient şi atotiertător şi cum, în consecinţă, el pendulează între a condamna şi trece cu vederea ceea ce fac camarazii săi; sau cum balansează între a-şi aroga toate drepturile şi sentimentul că nu are nici un drept.

Această parte a muncii psihanalitice ar cuprinde, pe de altă parte, interpretarea tuturor imposibilelor fuziuni şi compromisuri pe care pacientul încearcă să le facă, cum ar fi încercarea de a combina egocentrismul cu generozitatea, cucerirea cu afecţiunea, dominaţia cu sacrificiul. Ar include ajutorul dat nevroticului spre a înţelege modul în care imaginea sa idealizată, exteriorizările sale etc. servesc la escamotarea conflictelor, la camuflarea lor şi la diminuarea forţei lor disruptive. În rezumat, se referă la conştientizarea totală de către pacient a conflictelor sale, a efectului lor general asupra personalităţii şi asupra rolului lor specific în generarea de simptome.

În general, pacientul manifestă un fel diferit de rezistenţă în fiecare din aceste secţiuni ale muncii psihanalitice. În timp ce sunt psihanalizate tentativele sale de soluţionare, el este înclinat să-şi apere valorile subiective, inerente atitudinilor şi tendinţelor sale, împotrivindu-se astfel oricărei intuiri a mărturiilor reale. În timpul psihanalizării conflictelor sale, el este în primul rând interesat în a se stipula că ale sale conflicte nu sunt nicidecum conflicte; în consecinţă, el estompează şi minimalizează faptul că impulsiile sale particulare sunt realmente incompatibile.

În ceea ce priveşte *succesiunea* în care trebuie atacate subiectele, recomandarea lui Freud este şi probabil va fi întotdeauna de primă importanţă. Aplicând la psihanaliză principii valabile în terapia medicală, el a subliniat însemnătatea a două considerente în orice abordare a problemelor pacientului: interpretarea trebuie să fie benefică, pe de o parte, şi nu trebuie să fie vătămătoare, pe de altă parte. Cu alte cuvinte, cele două întrebări de care psihanalistul trebuie să ţină întotdeauna seama sunt: Poate pacientul suporta acum o intuiţie particulară? Poate avea interpretarea o semnificaţie pentru dânsul, făcându-l să gândească într-un mod constructiv? Ceea ce însă ne lipseşte sunt criterii clare cu privire la ceea ce pacientul poate suporta şi cu privire la ceea ce conduce la stimularea unei intuiţii constructive (*constructive insight*). Deosebirile structurale de la un pacient la altul sunt prea mari ca să permită prescripţii dogmatice cu privire

la sincronismul interpretărilor, dar putem lua drept ghid principiul că anumite probleme nu pot fi atacate profitabil și fără mare risc până când nu au avut loc schimbări deosebite în atitudinile pacientului. Pe această bază, putem reliefa câteva măsuri care sunt întotdeauna aplicabile.

Este inutil să confruntăm pacientul cu vreun conflict major atâta vreme cât el este înclinat să urmărească fantome care pentru el înseamnă salvarea. El trebuie mai întâi să înțeleagă că aceste urmăriri sunt zadarnice și dăunătoare vieții sale. În termeni extrem de concișI, tentativele de soluționare trebuie analizate înaintea conflictelor. Nu vreau să spun prin aceasta că orice menționare a conflictelor trebuie stăruitor evitată. Cât de precaută poate fi abordarea depinde de fragilitatea întregii structuri nevrotice. Unii pacienți pot intra în panică dacă conflictele lor sunt scoase în evidență în mod prematur. Pentru alții faptul nu va avea nici o semnificație, neimpresionându-i câtuși de puțin. Logic, însă, nu ne putem aștepta ca pacientul să manifeste vreun interes vital în privința conflictelor sale atâta vreme cât se agață de soluțiile sale particulare și, inconștient, socoate că o va „scoate la capăt" cu ele.

Un alt subiect care trebuie abordat cu prudență este imaginea idealizată. Ar însemna să ne îndepărtăm prea mult de domeniul nostru, dacă am discuta aici condițiile în care unele aspecte ale acesteia pot fi atacate într-un stadiu destul de timpuriu. Prudența este însă recomandabilă, deoarece imaginea idealizată este adesea singurul segment al pacientului care este real pentru dânsul. Mai mult, ea poate fi singurul element care îi oferă un fel de stimă de sine și care îl ferește de cufundare în autodispreț. Pacientul trebuie să fi dobândit o anumită măsură de realism înainte de a putea tolera vreo schimbare a imaginii sale.

Analiza tendințelor sadice într-o perioadă timpurie a curei este în mod sigur neprofitabilă. Cauza este, în parte, contrastul extrem, dintre aceste tendințe și imaginea idealizată. Chiar și într-o perioadă mai târzie conștientizarea lor îl umple adesea pe pacient de groază și dezgust. Dar există și un motiv mai precis de amânare a acestei piese de analiză până când pacientul devine mai puțin disperat și mai bogat în resurse: el nu poate fi interesat în

învingerea tendințelor sale sadice, în timp ce în mod inconștient este convins că modul său de viață vicariant este singurul care i-a mai rămas.

Același principiu călăuzitor de sincronizare a interpretărilor poate fi utilizat atunci când aplicația sa individuală depinde de structura deosebită a caracterului. De exemplu, în cazul unui pacient la care predomină tendințele agresive — unul care disprețuiește sentimentele ca pe o slăbiciune și aclamă orice are aparența forței —, această atitudine, cu toate implicațiile sale, trebuie psihanalizată cea dintâi. Ar fi o greșeală să se acorde prioritate vreunui aspect al trebuinței sale de intimitate umană, indiferent cât de evidentă este această trebuință în ochii psihanalistului. Pacientul ar resimți orice schimbare de acest fel ca pe o amenințare la adresa securității sale. S-ar pune imediat în gardă față de dorința psihanalistului de a face din el un „sentimental" (*a „goody-goody"*). Numai când el va fi mult mai puternic va fi capabil să-și tolereze tendințele către docilitate și autoestompare. În cazul unui astfel de pacient ar fi necesară orientarea pentru câtva timp asupra problemei disperării, din moment ce el s-ar putea să reziste admițând asemenea sentimente. Disperarea ar avea pentru dânsul conotația dezgustătoarei autocompătimiri și ar însemna o rușinoasă mărturisire a înfrângerii. Dimpotrivă, dacă predomină tendințele docilității, atunci toți factorii implicați în trebuința de afecțiune umană (*„moving toward" people*) trebuie complet psihanalizați înainte de atacarea vreunei tendințe de dominare sau de răzbunare. Pe de altă parte, dacă pacientul se consideră pe sine mare geniu sau mare amant, ar fi curată pierdere de vreme să abordezi teama sa de a fi disprețuit sau respins, după cum ar fi și mai zadarnic să ataci autodisprețul său.

Uneori anvergura a ceea ce poate fi atacat cu mijloace terapeutice este, la început, extrem de limitată. Așa stau lucrurile îndeosebi atunci când un grad înalt de exteriorizare se combină cu o autoidealizare rigidă, poziție care nu va îngădui nici o meteahnă. Dacă unele semne îi revelează psihanalistului această stare, el va economisi mult timp dacă va evita orice interpretări care chiar în

mod vag implică faptul că sursa tulburării pacientului stă în el însuși. Cu toate acestea, este posibil ca în această perioadă să fie atacate aspecte deosebite ale imaginii idealizate, cum ar fi exigențele exorbitante pe care pacientul și le formulează.

Buna cunoaștere a dinamicii structurii nevrotice a caracterului îl ajută de asemenea pe psihanalist să sesizeze mai rapid și mai exact ceea ce pacientul dorește să exprime prin asociațiile sale. Ocupându-se de aceasta, el va fi capabil să vizualizeze și să prezică după simptome aparent insignifiante un întreg aspect al personalității pacientului, iar în felul acesta își poate direcționa atenția asupra elementelor care trebuie ținute sub observație. Poziția sa va fi ca aceea a internistului care, constatând că pacientul tușește, transpiră noaptea și este obosit târziu după-amiază, ia în considerare posibilitatea unei tuberculoze pulmonare și se orientează în mod corespunzător în examenele pe care le face.

Dacă, de exemplu, un pacient este conciliant în comportamentul său, este dispus să-l admire pe psihanalist și manifestă tendințe de autoestompare în asociațiile sale, psihanalistul va avea reprezentarea tuturor factorilor implicați în trebuința de afecțiune umană (*„moving toward" people*). El va examina posibilitatea ca aceasta să fie atitudinea predominantă a pacientului; iar dacă găsește în continuare dovezi în acest sens, el va încerca să lucreze la aceasta din toate unghiurile posibile. În mod similar, dacă pacientul vorbește în repetate rânduri despre experiențe de viață în care s-a simțit umilit și precizează că a recurs la psihanaliză din această cauză, psihanalistul va ajunge la concluzia că trebuie să abordeze teama de umilință a pacientului și va selecta pentru interpretare acea sursă de teamă care pe moment îi este cea mai accesibilă. El va putea, de exemplu, să o lege de trebuința pacientului de afirmare a imaginii sale idealizate, cu condiția ca părți ale imaginii să fi fost deja conștientizate. Dacă, însă, pacientul manifestă inerție în situația psihanalitică și vorbește de sentimentul de a fi condamnat, psihanalistul va trebui să atace disperarea pacientului, în măsura în care acest lucru este posibil în acel moment. Dacă constatarea este făcută chiar de la bun început,

nu va face decât să-i sublinieze semnificația, anume faptul că pacientul s-a dat bătut. Va încerca apoi să-l convingă că disperarea nu-și are sursa într-o situație realmente disperată, ci constituie o problemă care trebuie înțeleasă și finalmente rezolvată. Dacă disperarea apare într-o perioadă mai târzie, psihanalistul o poate raporta, într-un mod mai specific, la disperarea pacientului care nu găsește o ieșire din conflictele sale sau care nu ajunge la nivelul imaginii sale idealizate.

Măsurile sugerate lasă un amplu spațiu pentru intuiția psihanalistului și pentru sensibilitatea sa la ceea ce se petrece în pacient. Acestea rămân instrumente de preț, chiar indispensabile, pe care psihanalistul trebuie să se străduiască a le dezvolta la maximum. Dar faptul că este folosită intuiția nu înseamnă că procedeul se situează pur și simplu în sfera „artei" sau că este un procedeu în care este suficientă aplicarea bunului-simț. Cunoașterea structurii caracterului nevrotic face ca deducțiile bazate pe aceasta să fie strict științifice și îl face pe psihanalist capabil să conducă analiza într-o manieră exactă și responsabilă.

Cu toate acestea, date fiind variațiile individuale infinite ale structurii, psihanalistul poate uneori proceda doar prin încercare și eroare. Când vorbesc de eroare nu mă refer la erori grosolane cum ar fi atribuirea de motivații care sunt străine pacientului sau eșecul în a sesiza impulsiile nevrotice esențiale. Am în vedere eroarea comună de a face interpretări pe care pacientul încă nu este pregătit să le asimileze. Pe când greșelile grosolane sunt evitabile, eroarea de a face interpretări premature este și va fi mereu inevitabilă. Putem însă recunoaște ceva mai rapid asemenea erori dacă suntem extrem de atenți la modul în care pacientul reacționează la o interpretare și ne orientăm în mod corespunzător. Mi se pare că s-a pus prea mare accent pe „rezistența" pacientului — pe acceptarea sau respingerea de către el a interpretării — și prea puțin pe semnificația exactă a reacției sale. Este regretabil, pentru că modul de reacție în toate detaliile sale este acela care trebuie analizat, înainte ca pacientul să fie pregătit să se ocupe de problema subliniată de psihanalist.

Următorul exemplu poate servi drept ilustrare. Un pacient a înțeles că în relațiile sale personale el manifestă o iritare profundă ca răspuns la orice cerință din partea partenerului. Chiar și cea mai legitimă rugăminte era privită ca o constrângere, iar critica cea mai meritată era considerată insultă. În același timp el se simțea liber să pretindă o devoțiune exclusivă și să-și exprime propriile critici absolut pe față. El a înțeles, cu alte cuvinte, că își acorda sieși numai privilegii, în timp ce partenerului îi nega orice drept. I-a devenit clar faptul că atitudinea sa înclină să deterioreze, dacă nu să distrugă, prietenia sa, cât și mariajul. Până la acest punct el fusese foarte activ și productiv în munca sa psihanalitică. Dar ședința de după aceea în care el devenise conștient de atitudinea sa a fost dominată de tăcere; pacientul era oarecum abătut și anxios. Puținele asociații făcute vădeau o puternică tendință de retragere, care era în total contrast cu zelul său din precedentele ședințe de a stabili relații bune cu o femeie. Impulsul de a se retrage era expresia a cât de intolerabilă era pentru dânsul perspectiva reciprocității: el accepta pe plan teoretic ideea egalității în drepturi, dar în practică o respingea. Pe când depresia sa era o reacție la faptul că se găsea într-o dilemă de nerezolvat, tendința de a se retrage însemna că el era în căutarea unei soluții. Când a recunoscut zădărnicia retragerii și a înțeles că nu este altă cale decât schimbarea atitudinii, el a devenit interesat de problema cauzei pentru care reciprocitatea era atât de inacceptabilă pentru dânsul. Asociațiile care au apărut imediat după aceea au arătat că, emoțional, el nu vedea decât alternativa de a avea toate drepturile sau de a nu avea absolut nici un drept. A exprimat temerea că dacă i s-ar fi acordat unele drepturi el n-ar fi fost niciodată capabil să facă ce dorea, ci mereu ar fi trebuit să se conformeze dorințelor celorlalți. Aceasta, la rându-i, i-a deschis întregul câmp al tendințelor sale de conciliere și autoestompare care, deși fuseseră abordate și până acum, niciodată nu fuseseră înțelese în toată adâncimea și semnificația lor. Dintr-o serie de motive, docilitatea și dependența sa erau atât de mari, încât el își construise defensa artificială de a-și aroga toate drepturile exclusiv pentru dânsul. Abandonarea defensei într-o vreme în care docilitatea sa era încă

o necesitate interioară stringentă ar fi însemnat pieirea sa ca individ. Înainte de a se fi luat în considerare o schimbare în reglementarea sa arbitrară, trebuiau analizate curativ tendințele sale conformiste.

Trebuie să fie clar pentru tot ce a fost spus în această carte că nimeni nu poate epuiza o problemă printr-o singură abordare; ea trebuie mereu reexaminată, din variate unghiuri. De ce? Pentru că orice atitudine singulară provine dintr-o varietate de surse și își asumă noi funcții pe parcursul evoluției nevrozei. Astfel, de exemplu, atitudinea conciliantă și „de acomodare" cu prea mulți este inițial parte integrantă a trebuinței nevrotice de afecțiune și trebuie atacată atunci când ne ocupăm de aceasta. Scrutarea ei trebuie reluată atunci când ne ocupăm de imaginea idealizată. În această lumină, conilierea va fi înțeleasă ca expresie a ideii pacientului că el este un sfânt. Faptul că aceasta implică și o trebuință de a evita dezacordul va fi înțeles atunci când va fi luată în discuție izolarea pacientului. Pe de altă parte, natura compulsivă a atitudinii va deveni mai clară atunci când vom avea în vedere teama de ceilalți a pacientului, trebuința de a da înapoi din fața impulsurilor sale sadice. În alte exemple, sensibilitatea pacientului față de constrângere poate fi înțeleasă mai întâi ca atitudine defensivă cu originea în izolarea sa, apoi ca proiecție a propriei sale aspirații către putere, iar mai târziu, poate, ca expresie a exteriorizării, ca o coerciție interioară sau alte tendințe.

Orice atitudine sau conflict nevrotic cristalizate în cursul psihanalizării trebuie înțelese în relația lor cu personalitatea ca întreg. Este ceea ce se numește prelucrare totală (*working through*). Aceasta implică următorii pași: aducerea la cunoștința pacientului a tuturor manifestărilor, fățișe sau ascunse, ale unei tendințe particulare sau conflict, ajutarea pacientului spre a recunoaște natura compulsivă a acestora, capacitatea sa de a aprecia atât valoarea lor subiectivă, cât și consecințele dăunătoare.

Pacientul, atunci când descoperă o particularitate nevrotică, tinde să evite examinarea ei prin formularea imediată a întrebării: „Cum s-a întâmplat aceasta?" Fie că este sau nu conștient de

faptul că procedează astfel, el speră să rezolve problema aceasta specială prin întoarcerea la originile ei istorice. Psihanalistul trebuie să-l rețină de la această fugă în trecut și să-l încurajeze să examineze mai întâi ceea ce este implicat, cu alte cuvinte să devină familiar cu particularitatea însăși. El trebuie să cunoască modurile specifice în care se manifestă ea, mijloacele pe care le folosește spre a le ascunde, precum și propria-i atitudine față de aceasta. Dacă, de exemplu, teama pacientului de a fi conciliant a devenit clară, el trebuie să înțeleagă măsura în care detestă, privește cu groază și disprețuiește la sine orice formă de autoestompare. El trebuie să recunoască obstacolele pe care în mod inconștient le-a instituit în scopul eliminării din viața sa a oricăror posibilități de conciliere și a orice este implicat în tendințele conciliante. Va înțelege, apoi, cum atitudini vădit divergente servesc aceluiași scop; cum și-a anesteziat sensibilitatea față de ceilalți până într-acolo, încât le ignoră sentimentele, dorințele sau reacțiile; cum lucrul acesta l-a făcut total lipsit de considerație față de semeni; cum și-a înăbușit orice afecțiune față de ceilalți, ca și orice dorință de a fi îndrăgit de ei; cum desconsideră la ceilalți simțămintele gingașe și bunătatea; cum tinde mașinal să refuze solicitările; cum, în relațiile personale, el se simte îndrituit să fie prost dispus, critic și pretențios, refuzând însă partenerului vreuna dintre aceste prerogative. Sau, dacă sentimentul de omnipotență al pacientului este acela care intră în vizorul atenției, nu este suficient ca el să înțeleagă că are acest sentiment. Trebuie să înțeleagă cum, din zori până în noapte, el își trasează sarcini imposibile; cum, de exemplu, se gândește că ar putea scrie în cea mai mare viteză o disertație pe o temă complexă; cum așteaptă ca de la sine să fie spontan și scânteietor, în pofida istovirii sale; cum, în cura psihanalitică, se așteaptă să rezolve o problemă chiar în momentul când o întrezărește.

Pacientul trebuie apoi să înțeleagă că este înboldit să acționeze în concordanță cu o tendință deosebită, indiferent de dorințele sale sau de interesele sale cele mai mari, iar adesea chiar împotriva lor.

El trebuie să înțeleagă că o compulsie operează nediscriminativ, de obicei fără a ține seama de condițiile reale. Trebuie să înțeleagă, de exemplu, că atitudinea sa defăimătoare este îndreptată atât asupra dușmanilor, cât și a prietenilor; că el își mustră partenerul indiferent de modul în care acesta se comportă: dacă partenerul este amiabil, el îl suspectează că e vinovat de ceva; dacă partenerul caută să se afirme, el își impune autoritatea dominatoare; dacă partenerul se dă bătut, el o face pe neajutoratul; dacă îi place să fie cu dânsul, este cât se poate de accesibil; dacă îi refuză ceva, este prost dispus etc. Sau, dacă atitudinea despre care discutăm este incertitudinea pacientului de a fi dorit sau binevenit, el trebuie să înțeleagă că aceasta persistă în pofida oricărei dovezi că lucrurile nu stau deloc așa. A înțelege natura compulsivă a unei tendințe implică, de asemenea, recunoașterea reacțiilor la frustrarea acesteia. Dacă, de exemplu, tendința ieșită la iveală privește trebuința de afecțiune a pacientului, el va trebui să înțeleagă că se simte pierdut și înspăimântat la orice semn de respingere sau de răcire a prieteniei, indiferent cât de banal este semnul și cât de puțin se referă la dânsul.

În timp ce primul dintre acești pași îi arată pacientului dimensiunea problemei sale speciale, cel de al doilea îl face să sesizeze intensitatea forțelor implicate. Ambii trezesc interesul pentru o examinare mai detaliată.

Când se pune problema examinării valorii subiective a unei tendințe deosebite, însuși pacientul va fi nerăbdător să furnizeze voluntar informația. El poate sublinia că răzvrătirea și sfidarea sa la adresa autorității sau a orice aduce a constrângere erau necesare și realmente salutare, căci altfel ar fi fost „dat la fund" de un părinte dominator; că ideile de superioritate l-au ajutat sau că încă îl mai ajută să facă față lipsei sale de respect de sine; că izolarea sau al său „nu-mi pasă" (*„don't care" attitude*)[4] îl protejează contra loviturilor. Este adevărat că asociațiile de acest fel apar în chip de apărare, dar ele sunt revelatoare. Ele ne spun ceva despre cauzele pentru care o atitudine particulară a fost adoptată în mod prioritar, arătându-ne prin aceasta valoarea ei istorică și făcându-ne să înțelegem mai bine evoluția pacientului. Mai presus de

toate, însă, ele deschid calea spre o înțelegere a funcțiilor prezente ale tendinței. Din punct de vedere terapeutic, acestea sunt funcții de prim interes. Nici o tendință sau conflict nevrotic nu este pur și simplu o relicvă a trecutului, o obișnuință, ca să zicem așa, care o dată ce a fost formată se păstrează. Putem fi siguri că ea este determinată de necesități stringente dinăuntrul structurii de caracter existente. Simpla cunoaștere a cauzalității dezvoltării inițiale a unei particularități nevrotice poate avea doar o importanță secundară, din moment ce noi avem de schimbat forțele care acționează în prezent.

În cea mai mare parte, valoarea subiectivă a unei stări nevrotice constă în contrabalansarea de către aceasta a altei tendințe nevrotice. De aceea, o înțelegere profundă a acestor valori ne arată cum să procedăm într-un caz dat. Dacă, de exemplu, conștientizăm faptul că pacientul nu poate renunța la sentimentul său de omnipotență din cauză că acesta îi permite să ia potențialitățile sale drept realități, proiectele sale mărețe drept realizări efective, va trebui să examinăm măsura în care el trăiește în imaginație. Iar dacă el ne face să înțelegem că trăiește în modul acesta spre a se asigura împotriva eșecului, ne vom îndrepta atenția asupra factorilor care îl conduc nu numai la anticiparea eșecului, ci și la spaima permanentă de acesta.

Cel mai important pas terapeutic este să-l determinăm pe pacient să vadă reversul medaliei: efectele paralizante ale impulsiilor și conflictelor sale nevrotice. O parte a acestei munci a fost făcută în etapele precedente (*preceding steps*); dar este absolut esențial ca tabloul să fie complet, în toate detaliile sale. Numai atunci va simți pacientul realmente trebuința schimbării. Având în vedere faptul că orice nevrotic este înclinat să mențină *statu-quo*-ul, este necesar un stimulent destul de puternic spre a fi învinse forțele retardatoare. Un astfel de stimulent, însă, poate veni numai de la dorința sa de libertate interioară, fericire și creștere, ca și de la înțelegerea faptului că orice dificultate nevrotică stă în calea realizării acestei dorințe. Astfel, dacă el tinde la o autocritică înjositoare, trebuie să înțeleagă că aceasta îi nimicește respectul de sine și îl lasă fără speranță; că îl face să se simtă

nedorit, obligându-l să se lase victimizat, ceea ce, în schimb, îl determină să fie răzbunător; că aceasta îi paralizează curajul și capacitatea de a munci; că, spre a se feri să cadă în abisul autodisprețului, este silit să adopte atitudini defensive, ca automărirea (*self-aggrandizement*), îndepărtarea de sine însuși (*remoteness from himself*) și sentimente de irealitate cu privire la sine (*feelings of unreality about himself*), perpetuându-și în felul acesta nevroza.

La fel, atunci când un conflict particular a devenit vizibil în timpul curei psihanalitice, pacientul trebuie să fie conștient de influența acestuia asupra vieții sale. În cazul unui conflict între tendințele de autoestompare și trebuința de triumf, se cer înțelese toate inhibițiile paralizante inerente sadismului invertit[5]. Pacientul trebuie să înțeleagă în ce mod răspunde el la fiecare act de autoestompare prin autodispreț și prin furie contra persoanei în fața căreia face temenele; și cum, pe de altă parte, la orice tentativă de a triumfa asupra cuiva răspunde cu repulsia față de sine și cu teama de represalii.

Uneori se întâmplă ca un pacient, chiar când nu devine conștient de întreaga dimensiune a consecințelor dăunătoare, să nu arate interes pentru biruirea atitudinii nevrotice date. În schimb, problema pare a se pierde în afara tabloului patologic. Aproape imperceptibil, el o împinge la o parte și nimic nu este câștigat. Având în vedere faptul că a înțeles cât de dăunătoare îi este, lipsa sa de răspuns este demnă de remarcat. Cu toate acestea, în afară de cazul în care este foarte perspicace și identifică acest fel de reacție, lipsa de interes a pacientului poate să treacă neluată în seamă. El abordează alt subiect, iar psihanalistul îi calcă pe urme, până când ajung la un impas similar. Numai mai târziu psihanalistul va lua aminte la faptul că schimbările produse la pacient nu sunt comensurabile cu cantitatea de muncă depusă.

Dacă psihanalistul știe că o reacție de acest fel poate surveni ocazional, el se va întreba ce factori din interiorul pacientului îl opresc pe acesta să accepte că acea atitudine particulară, cu suita ei de consecințe dăunătoare, trebuie schimbată. Există, de obicei mai mulți asemenea factori, iar ei pot fi atacați doar unul câte

unul. Pacientul poate fi încă prea paralizat de disperare ca să ia în considerare posibilitatea schimbării. Impulsia sa de a triumfa asupra psihanalistului, de a-l frustra, de a-l ridiculiza poate fi mai puternică decât propriul interes. Tendința de exteriorizare poate fi și ea atât de puternică încât, în pofida recunoașterii consecințelor, să nu le poată aplica la sine. Trebuința de a se simți omnipotent poate fi atât de mare încât, deși îi înțelege consecințele ca fiind inevitabile, să creadă că va fi capabil să le ocolească. Imaginea sa idealizată poate fi atât de rigidă, încât să nu se poată accepta pe sine ca având atitudini sau conflicte nevrotice. În acest caz va fi pur și simplu furios împotrivă-i și va simți că trebuie să fie capabil să domine dificultatea doar prin simplul fapt că o cunoaște. Conștientizarea acestor posibilități este importantă, întrucât, dacă factorii care sugrumă stimularea pacientului întru schimbare sunt trecuți cu vederea, psihanalistul poate ușor degenera în ceea ce Houston Peterson numește *„mania psychologica"*, o psihologie de dragul psihologiei. A-l determina pe pacient să se accepte pe sine în aceste circumstanțe constituie un câștig deosebit. Chiar dacă în conflictul ca atare nu s-a modificat nimic, el va avea o puternică senzație de alinare și va începe să dea semne că dorește să se desprindă din plasa în care a fost prins. O dată ce această condiție de lucru favorabilă a fost stabilită, schimbările vor avea loc curând.

Este de prisos să spunem că prezentarea de mai sus nu înseamnă un tratat de tehnică psihanalitică. Nu am încercat să etalez nici toți factorii agravanți care operează în timpul curei și nici toți factorii curativi. Nu am discutat, de exemplu, despre dificultățile și beneficiile apărute în legătură cu particularitățile arătate de pacient în relațiile sale defensive și ofensive cu psihanalistul, deși acesta este un element de maximă importanță. Pașii pe care i-am descris constituie pur și simplu esențialul procesului care are loc de fiecare dată când o nouă tendință sau conflict devin vizibile. Adesea este imposibil să se procedeze în ordinea arătată, deoarece o problemă poate fi inaccesibilă pacientului chiar și atunci când se află în centrul atenției sale. Așa cum am văzut în exemplul referitor la arogarea de drepturi, o

problemă poate pur și simplu revela altă problemă, care trebuie analizată prima. Atâta timp cât fiecare pas este în cele din urmă parcurs, ordinea parcurgerii are o importanță secundară.

Schimbările simptomatice specifice care rezultă din munca psihanalitică (*analytical work*) variază, firește, în funcție de subiectul atacat. O stare de panică se poate liniști atunci când pacientul recunoaște furia sa inconștientă neputincioasă și originea acesteia. O depresie poate crește când el înțelege dilema în care a fost prins. Dar fiecare segment de analiză bine efectuată determină anumite schimbări generale în atitudinea pacientului față de semeni și față de sine, schimbări care se produc indiferent de problema particulară care a fost prelucrată până la capăt. Dacă ar fi să luăm probleme atât de diferite cum sunt accentul excesiv pus pe sex, credința că realitatea se va pune de acord cu dorința și hipersensibilitatea față de constrângere, vom găsi că analiza lor afectează personalitatea aproximativ în același mod. Oricare dintre aceste dificultăți este analizată, ostilitatea, disperarea, angoasa și înstrăinarea de sine și de ceilalți se vor reduce. Să examinăm, de exemplu, modul în care înstrăinarea de sine este diminuată în fiecare din aceste cazuri. Un individ care pune un accent excesiv pe sex se simte viu doar în trăirile și fantazările sexuale; triumfurile și înfrângerile sale se limitează la sfera sexului; singura calitate care valorează la el este atractivitatea sexuală. Numai când înțelege această situație el începe a se arăta interesat și de alte aspecte ale vieții, remediindu-se astfel pe sine. Un individ pentru care realitatea se mărginește la proiectele și planurile sale imaginare și-a pierdut ideea despre sine ca ființă umană funcțională. El nu-și vede nici limitele, nici calitățile reale. Datorită curei psihanalitice, el încetează să-și mai ia potențialitățile drept realizări; el devine capabil nu numai să se privească drept în față, ci să se și simtă ceea ce este în realitate. Individul hipersensibil la constrângere uită de propriile-i dorințe și credințe și simte că ceilalți sunt cei care domină și i se impun. Când această situație este analizată, el începe a cunoaște ce dorește realmente și, drept urmare, este capabil de strădanie în direcția propriilor scopuri.

În fiecare cură psihanalitică, indiferent de modalitatea și de sursa sa, ostilitatea refulată iese la iveală și îl face pe pacient temporar mai iritabil. Dar de fiecare dată atitudinea nevrotică este abandonată, iar ostilitatea irațională va fi diminuată. Pacientul va fi mai puțin ostil când înțelege propria sa contribuție la această dificultate în loc s-o exteriorizeze, și devine mai puțin vulnerabil, mai puțin temător, mai puțin dependent, mai puțin pretențios etc.

Ostilitatea este în primul rând atenuată prin reducerea disperării. Cu cât un individ devine mai puternic cu atât mai puțin se simte amenințat de ceilalți. Creșterea puterii are variate surse. Centrul său de greutate, care fusese mutat la ceilalți, revine în el însuși; el se simte mai activ și începe să-și stabilească propria-i tablă de valori. Treptat, va avea tot mai multă energie disponibilă: este eliberată energia consumată cu reprimarea unei părți din sine însuși; devine mai puțin inhibat, mai puțin paralizat de angoase, de autodispreț și disperare. În loc de a se conforma orbește sau de a lupta orbește și a da frâu liber impulsurilor sadice, el se situează pe o bază rațională și astfel devine mai puternic, mai ferm.

Finalmente, deși anxietatea este temporar exacerbată de subminarea defenselor stabilite, fiecare pas făcut în mod profitabil izbutește s-o diminueze, deoarece pacientul devine mai puțin temător de ceilalți și de sine însuși.

Rezultatul general al acestor schimbări este o îmbunătățire a relațiilor pacientului cu ceilalți și cu sine însuși. El devine mai puțin izolat; în măsura în care devine mai puternic și mai puțin ostil, ceilalți încetează treptat să mai fie o amenințare: luptă, manipulare, părăsire. Își poate permite să aibă sentimente amicale pentru ei. Relațiile sale cu sine se optimizează pe măsură ce renunță la exteriorizare, iar autodisprețul dispare.

Dacă examinăm schimbările care au loc pe parcursul psihanalizării, vedem că ele se referă chiar la condițiile care au determinat conflictele inițiale. Pe când în cursul unei dezvoltări nevrotice toate tensiunile se acutizează, terapia le face să ia drumul invers. Atitudinile generate de necesitatea de a înfrunta lumea în condițiile neputinței, fricii, ostilității și izolării devin tot

mai fără noimă și de aceea se poate treptat dispensa de ele. Într-adevăr, de ce ar trebui cineva să dorească să se eclipseze sau să se sacrifice pentru persoane pe care le urăște și care pot fi în urma lui, dacă el are capacitatea să se măsoare cu ceilalți pe picior de egalitate? De ce ar trebui cineva să aibă o insațiabilă dorință de putere și recunoaștere, dacă se simte sigur în sine însuși și poate trăi și rivaliza cu ceilalți fără neîncetata frică de a fi dat la fund? De ce ar trebui cineva să evite în mod anxiogen complicațiile cu ceilalți, dacă este capabil de iubire și nu-i este teamă de luptă?

Toată această muncă psihanalitică cere timp; cu cât mai încâlcită și mai baricadată este o persoană, cu atât se cere timp mai mult. Că se dorește o terapie psihanalitică scurtă este cu totul de înțeles. Ne-ar plăcea să vedem mai multe persoane beneficiind de tot ceea ce poate oferi psihanaliza și putem spune că un ajutor cât de mic este mai bun decât nici un fel de ajutor. Nevrozele, este adevărat, variază mult în ceea ce privește gravitatea, iar nevrozele ușoare pot fi asistate într-un timp relativ scurt. În timp ce unele experimente de psihoterapie scurtă sunt promițătoare, multe, din nefericire, sunt bazate pe veleități și pe ignoranță privind forțele puternice care operează în nevroză. În cazul nevrozelor severe, cred că procedura psihanalitică poate fi scurtată doar prin optimizarea înțelegerii de către noi a structurii caracterului nevrotic, fiind astfel risipit mai puțin timp în orbecăirea după interpretări.

Din fericire, psihanaliza nu este singura cale de rezolvare a conflictelor interioare. Viața însăși rămâne și azi cel mai eficient terapeut. Poate fi exemplul însuflețitor al unui om cu adevărat mare; poate fi o tragedie comună care, punându-l pe nevrotic în strâns contact cu semenii, îl scoate din izolarea sa egocentrică; poate fi asocierea cu persoane atât de apropiate ca spirit încât manipularea sau evitarea lor să apară mai puțin necesară. În alte cazuri, consecințele comportamentului nevrotic pot fi atât de drastice sau de o asemenea frecvență încât să impresioneze spiritul nevroticului și să-l facă mai puțin fricos și mai puțin rigid.

Terapia efectuată de viața însăși nu este însă sub controlul cuiva. Nici vitregiile sorții, nici prieteniile, nici experiența

religioasă nu pot fi aranjate de așa natură, încât să corespundă trebuințelor unui individ dat. Viața ca terapeut este neîndurătoare; împrejurări care sunt folositoare pentru un nevrotic îl pot zdrobi total pe un altul. Și, așa cum am văzut, capacitatea nevroticului de a recunoaște consecințele comportamentului său nevrotic și de a învăța din ele este extrem de limitată. Am putea mai degrabă să spunem că o psihanaliză poate fi terminată cu bine dacă pacientul a dobândit această extraordinară capacitate de a învăța din experiențele sale, anume dacă poate examina contribuția sa la dificultățile pe care le trăiește, o înțelege și aplică la viața sa ceea ce a înțeles.

Cunoașterea rolului conflictelor în nevroză și înțelegerea faptului că ele pot fi rezolvate fac necesară redefinirea scopurilor terapiei psihanalitice. Deși multe tulburări nevrotice aparțin sferei medicinei, nu este posibilă definirea scopurilor în termeni medicali. Întrucât până și maladiile psihosomatice sunt în esență o expresie a conflictelor dinăuntrul personalității, scopurile terapiei trebuie definite în termenii personalității.

Astfel înțelese, ele cuprind un număr de obiective. Pacientul trebuie să poată dobândi capacitatea de a-și asuma *responsabilitatea* pentru el însuși, în sensul de a se simți el însuși forța activă a vieții sale, în stare să ia decizii, prevăzându-le consecințele. La aceasta se asociază acceptarea responsabilității față de ceilalți, disponibilitatea de a recunoaște obligațiile în a căror valoare crede, fie ele referitoare la copiii săi, la părinți, prieteni, angajați, colegi, comunitate sau patrie.

Strâns legat de acesta este obiectivul realizării unei *independențe interioare*, la fel de departe de simpla nesocotire a opiniilor și credințelor celorlalți, cât și de simpla adoptare a lor. Aceasta ar însemna în primul rând capacitatea pacientului de a-și stabili propria sa ierarhie de valori și de a o aplica la viața sa reală. Cu referire la semeni, aceasta ar include respectul pentru individualitatea și drepturile lor și ar fi, astfel, baza unei reale reciprocități. Ceea ce ar coincide cu idealurile democratice autentice.

Am putea defini scopurile în termenii *spontaneității de simțire (spontaneity of feeling)*, o conștientizare și însuflețire a

afectivității, indiferent dacă este vorba de iubire sau ură, fericire sau mâhnire, teamă sau dorință. Aceasta ar include o capacitate de exprimare, precum și de control voluntar. Având o importanță cu totul vitală, capacitatea de a iubi și de a cultiva prietenia trebuie în mod special menționată în acest context; iubirea care nu este nici dependența parazitară, nici dominație sadică, ci, spre a-l cita pe Macmurray, „o relație... care nu are nici un scop dincolo de ea însăși; în care ne asociem pentru că este natural pentru ființe umane să-și împărtășească experiența; să ne înțelegem unul pe celălalt, să găsim bucurie și satisfacție în viețuirea împreună; în exprimarea și revelarea noastră de sine unul către altul"[6].

Cea mai comprehensivă formulare a scopurilor terapeutice este aspirația către *sinceritate (wholeheartedness):* a fi neprefăcut, autentic pe plan emoțional, capabil de dăruire totală în sentimente, muncă, credințe. Aceasta poate fi aproximată numai în măsura în care conflictele sunt rezolvate.

Aceste scopuri nu sunt arbitrare și nici nu sunt scopuri valide ale terapiei pur și simplu pentru că ar coincide cu idealurile urmate de înțelepții din toate timpurile. Coincidența, însă, nu este incidentală, deoarece acestea sunt elementele pe care se bazează sănătatea psihică. Suntem îndreptățiți să postulăm aceste scopuri, întrucât ele decurg în mod logic din cunoașterea factorilor patogenetici ai nevrozei.

Cutezanța noastră de a formula asemenea scopuri înalte se întemeiază pe credința că personalitatea umană se poate schimba. Nu numai copilul mic este maleabil. Fiecare dintre noi dispune de capacitatea de a se schimba, ba chiar de a se schimba în mod esențial, pe parcursul întregii vieți. Această credință se sprijină pe experiență. Psihanaliza este unul dintre cele mai puternice mijloace de determinare a unor schimbări radicale; cu cât mai bine înțelegem forțele care operează în nevroză, cu atât mai mare este șansa noastră de a efectua schimbarea dorită.

Se pare că nici psihanalistul și nici pacientul nu pot atinge întru totul aceste scopuri. Ele sunt idealuri spre care năzuim; valoarea lor practică este de a ne da direcția în terapie și în viață. Dacă nu ne clarificăm asupra semnificației idealurilor, riscăm să

înlocuim o imagine idealizată veche cu una nouă. Trebuie de asemenea să fim conştienţi de faptul că aceasta nu constă în puterea psihanalistului de a transforma pacientul într-o fiinţă umană fără cusur. El poate doar să-l ajute să aspire liber către asemenea idealuri. Iar aceasta înseamnă a-i da, de asemenea, prilejul de a se maturiza şi dezvolta.

NOTE

[1] „*by manifold unconscious mental reservations*", în textul original. (Nota trad.)

[2] După cum se recunoaşte în general, această cunoaştere are, de asemenea, o mare valoare profilactică. Dacă cunoaştem ce factori de mediu sunt utili în dezvoltarea copilului şi ce factori o întârzie, se deschide calea prevenirii creşterii excesive a nevrozelor la viitoarele generaţii.

[3] Cf. Karen Horney, *Direcţii noi în psihanaliză*, ed. cit., cap. 8, şi *Self-Analysis*, ed. cit., cap. 2.

[4] A se vedea Karen Horney, *Personalitatea nevrotică a epocii noastre*, ed. cit., cap. VI, „Trebuinţa nevrotică de afecţiune" (Nota trad.)

[5] A se vedea capitolul 12 din cartea de faţă. (Nota trad.)

[6] John Macmurray, *op. cit.*

INDICE DE NUME

A
ADLER, Alfred: 7, 84
ALEXANDER, Franz: 7, 11, 40
APPEL, KENNETH E.: 109
ARMI, Anna Maria: 70

B
BARANGA, Aurel: 41
BARRIE, J.M.: 93, 96
BLECHER, M.: 96

C
CARAGIALE, Mateiu I.: 180
CEHOV, Anton P.: 156

D
DAMASIO, Antonio: 118
DAN, Elena: 179
DOSTOEVSKI, F.M.: 168

E
EMERSON, Ralph Waldo: 81

F
FEDERN, Paul: 84
FOSDICK, Harry Emerson: 29
FREUD, Sigmund: 7, 11, 12, 13, 18, 33, 84, 95, 103, 107, 109, 148, 152, 156, 159, 160, 161, 185
FROMM, Erich: 7, 12, 96, 160, 167, 179, 180

G
GAVRILIU, Leonard: 8, 18, 81
GLUECK, Bernard: 84

H
HOBBES, Thomas: 61, 62
HORNEY, Karen: 7, 8, 18, 41, 53, 95, 118, 149, 158, 202
HUGO, Victor: 101
HUMPHREYS, Christmas: 81
HUXLEY, Aldous:165, 180

I
IBSEN, Hendrik: 164

J
JACKSON, Charles: 160
JAMES, William: 133, 149
JENSEN, Kjeld: 179
JOHNSON, Alvin: 10
JONES, Ernest: 84
JUNG, G.G.: 34, 35, 61

K
KIERKEGAARD, Sören: 28, 29, 154, 158, 164, 179
KUHN, Minette: 10

M
MACKAIL, D.: 96
MACMURRAY, John: 153, 158, 201, 202
MARQUAND, John: 160
MAUGHAM, Somesset: 38
MAYER, Clara: 10
MENNINGER, Karl: 109

N
NIETZSCHE, Friedrich: 59, 168
NORTON, W.W.: 10
NUNBERG, Herman: 95

P
PARRISH, Anne: 95
PAEL, Sf.: 141
PLAUT: 62

R
RANK, Otto: 7
REICH, Wilhelm: 7, 11

S
SCHNEIDER, Daniel: 81
SCHULTZ-HENCKE, Harold: 7, 11
SHAW, Bernard: 179
STEVENSON, Robert-Louis: 40, 96
STRECKER, Edward A.: 109, 112
SULLIVAN, H.S.: 7, 71
SUZUKI, D.T.: 149

T
THOREAU, Henry David: 72, 81

W
WITTELS, Fritz: 50, 53
WOLF, Leonard: 159
WOLF, Virginia: 159

Y
YUTANG, Lin: 118

Z
ZOLA, ÉMILE: 174